NETFLIX Disney+ HBO max prime video CANAL+

PROGRAM TV NR 25/15.06.2026
20.06-26.06.2026
NR INDEKSU 379236
4,29 zł (w tym 8% VAT)

to&owo TV

PONAD 150 OPISÓW FILMÓW NA CAŁY TYDZIEŃ!

SPORT NA ŻYWO

HITY MISTRZOSTW ŚWIATA KANADA, MEKSYK, USA 2026

- NORWEGIA – FRANCJA
- HOLANDIA – SZWECJA
- NIEMCY – WKS
- SZKOCJA – BRAZYLIA

ŻUŻEL

GRAND PRIX POLSKI WE WROCŁAWIU

GALA KSW 119

KACZMARCZYK vs BRICHTA

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

PAULINA KRUPIŃSKA-KARPIEL

PLANY NA WAKACJE? BĘDZIE DUŻO PRACY!

DZIEŃ DOBRY TVN s. 3

WYWIAD TO&OWO TV

HENRYK GOŁĘBIEWSKI

LOMBARD. ŻYCIE POD ZASTAW

Jak grałem jako młody chłopak, to była tylko zabawa s. 4

THE BEAR 5. SEZON

RÓD SMOKA 3. SEZON

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

AGENCJA 2. SEZON

DUŻO SPORTU, SERIALI I MUZYKI!

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ

WIANKI NAD WISŁĄ

YELLOWSTONE

NA NIEBIESKICH ŚWIATŁACH 3

VAN DER VALK 3

ISSN 1230-8331
9 771230 833607 25

Numer w sprzedaży do 21.06.2026

AKUMULATOROWA, BEZPRZEWODOWA, PRZENOŚNA MYJKA WYSOKOCIŚNIENIOWA

REKLAMA

TURBOJET CLEANER

TURBOJET CLEANER

NOWOŚĆ! ZAMÓW ZA 199 ZŁ!

Idealna do samodzielnego czyszczenia okien, tarasów, ścieżek, samochodów, rowerów, rynien, narzędzi ogrodowych, ogrodzeń i wielu, wielu innych...

TurboJet Cleaner to znacznie więcej niż tradycyjna myjka – sprawdzi się nie tylko przy codziennych porządkach, ale także jako wszechstronne narzędzie do konserwacji i utrzymania czystości w domu, garażu, aucie, ogrodzie czy na działce. W sekundę radzi sobie nawet z najbardziej uporczywym brudem – **bez wysiłku, bez kabli, bez ujęcia wody.** Wystarczy kliknięcie! Lekka, bezprzewodowa konstrukcja i wytrzymały akumulator pozwalają czyścić każdą powierzchnię i zakamarki bez ograniczeń. Dzięki regulowanym dyszom ciśnieniowym, wielu trybom rozpylania i systemowi oszczędzania wody, uzyskasz **świetne efekty.**

Nie potrzebujesz dostępu do prądu ani stałego źródła wody! Możesz podłączyć myjkę do węża ogrodowego i kranu, a nawet do zwykłego wiadra z wodą, co zapewnia **mobilność i swobodę pracy.** Potężny strumień wody w mig usunie kurz, błoto, ziemię, osady, pajęczyny i zaschnięte zabrudzenia. To idealny sprzęt dla osób, które chcą samodzielnie zadbać o czystość w domu, odświeżyć ogród czy przywrócić samochodowi fabryczny blask.

Działa z wężem, kranem lub wiadrem!

PRECYZYJNE DYSZE

- Strumień bezpośredni
- Myjka wachlarzowa
- Myjka pianowa

DZIAŁA Z WIADREM!

Podłącz swój ***Turbojet Cleaner*** do kranu lub włóż wąż do zwykłego wiadra z wodą – ***czyść bez kabli ograniczeń!***

ZASIĘG DO 10 METRÓW!

- WYDAJNA POMPA 150W
- WYSOKIE CIŚNIENIE
- AKUMULATOR LITOWO-JONOWY 21V
- BEZPRZEWODOWA

NOWOŚĆ!

ZADZWOŃ I ZŁÓŻ ZAMÓWIENIE!

Masz szansę otrzymać oryginalną myjkę TurboJet Cleaner

w cenie 199 ZŁ!

Oferta obowiązuje do wyczerpania zapasów

W ZESTAWIE OTRZYMASZ:

- 1 x Myjka TurboJet Cleaner
- 1 x Lanca przedłużająca
- 1 x Wąż wodny 5 metrów
- 1 x Filtr
- 1 x Pojemnik na pianę
- 1 x Dysza 0°
- 1 x Dysza 40°
- 1 x Złącze do butelki
- 1 x Ładowarka do akumulatora
- 1 x Akumulator litowo-jonowy 21V

Zadzwoń teraz:

42 300 35 66

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/.

TO&OWO POLECA

I PO WAKACJACH

Paulina Krupińska-Karpiel końcówkę maja spędziła wraz z przyjaciółkami (Agnieszką Woźniak-Starak oraz Małgorzatą Bachledą) na Lazurowym Wybrzeżu. Już jednak wróciła do domu... i do pracy. W piątek 26 czerwca obejrzymy ostatnie w tym sezonie wydanie „Dzień Dobry TVN". Mimo to ekipa programu nie nacieszy się wakacyjnym odpoczynkiem – w tym roku po raz pierwszy „Dzień Dobry Wakacje" będzie towarzyszyć nam nie tylko w weekendy, ale także w dni powszednie! Tymczasem prezenterka pochwaliła się w mediach społecznościowych, że czekają ją nowe zawodowe wyzwania... **JK**

CAŁY NARÓD KIBICOWAŁ

MAJA CHWALIŃSKA dokonała rzadkiej sztuki – nie tylko zajęła 2. miejsce podczas tegorocznego Roland Garros, ale też zjednoczyła Polaków. Rodacy kibicowali jej przez cały turniej, a podczas finału 6 czerwca w szczytowym momencie transmisję w TVN i Eurosport 1 oglądały ponad 4 mln widzów! Do tej już i tak rekordowej liczby należy dodać tych, którzy mecz śledzili w streamingu albo na miejscu. – Będąc w Paryżu, nie czułam skali tego wszystkiego, co dzieje się w Polsce. Byłam w dużym szoku – przyznała po powrocie do kraju sama tenisistka. Ona zyskała rzeszę fanów (także za granicą), a my – nową bohaterkę narodową. **JK**

NA ŻYWO

POWITANIE LATA

JAK CO ROKU na warszawskim podzamczu w Multimedialnym Parku Fontann odbędzie się koncert „Wianki nad Wisłą", podczas którego będziemy witać nadchodzące lato. Przez całą sobotę 20 czerwca odbywać się będą różne imprezy, pikniki, konkursy i warsztaty, będzie można też zwiedzić Wioskę Słowiańską. A wieczorem na scenie pojawią się muzyczne gwiazdy. Publiczność będzie się bawiła w rytmie przebojów m.in. Beaty i Bajmu (zdj.), Katarzyny Nosowskiej, Piotra Cugowskiego, O.S.T.R., Reni Jusis, Patrycji Markowskiej, Bovskiej, Margaret i Anity Lipnickiej. Koncert, który poprowadzi Damian Michałowki, będzie transmitować TVN (SO, 20.06, godz. 19.25). **EGP**

ZMIANA KAPITANA

KOCHAM CIĘ, POLSKO! już jesienią wróci na nasze ekrany – nagrania właśnie ruszają. Na planie znów spotkają się Marzena Rogalska i Misiek Koterski, ale niestety zabraknie na nim Filipa Gurłacza. Aktor świetnie sprawdził się jako kapitan drużyny, jednak ze względu na inne zobowiązania zawodowe nie może kontynuować tej przygody. Zastąpić go ma Łukasz Kadziewicz, były siatkarz, a dziś prezenter i dziennikarz doskonale znany widzom „Pytania na śniadanie". Nowy kapitan już wcześniej pojawił się zresztą w „Kocham Cię, Polsko!" jako uczestnik – w jednym z odcinków 12. edycji współtworzył drużynę Filipa. **JK**

SZTUKA LATANIA

JAN BORYSEWICZ doczeka się niebawem własnej filmowej biografii od Netfliksa! Produkcja ma opowiadać o drodze rockmana do sławy: pełnej spełnionych marzeń, ale i wyrzeczeń oraz rodzinnych tragedii. – To nie jest historia o tym, że warto ślepo gonić za marzeniami. Raczej o tym, że jeśli naprawdę nie potrafisz z czegoś zrezygnować, musisz być gotowy ponieść konsekwencje swoich wyborów – mówi sam Borysewicz. W głównej roli wystąpi młody muzyk Mikołaj Bukrewicz, pozostałych członków Lady Pank zagrają zaś Krzysztof Oleksyn, Hubert Miłkowski, Mikołaj Matczak oraz Marcel Barra. Premiera już 7 października! **JK**

OKŁADKA: IZA GRZYBOWSKA / TVN, AKPA (4), EAST NEWS, MATERIAŁY PRASOWE (7)

FOT.: TVN, AKPA (2), EAST NEWS, NETFLIX

HENRYK GOŁĘBIEWSKI

BARDZO NIE LUBIĘ NARZEKAĆ

15 czerwca skończył okrągłe 70 lat! A niemalże sześć dekad z nich spędził przed kamerą, choć przecież nigdy nie skończył studiów aktorskich.

Brak aktorskiego wykształcenia nigdy nie przeszkadzał mu w zdobyciu uznania krytyków, miłości widzów i zagrania w blisko 100 produkcjach. Ostatnio zachwyca rolą Ziutka w serialu „Lombard. Życie pod zastaw". A już niebawem zobaczymy go w filmie Mateusza Olszewskiego zatytułowanym „Egzamin '84".

Od blisko dziewięciu lat gra Pan w serialu „Lombard. Życie pod zastaw". To wielka przygoda chyba nie tylko dla Pańskiego bohatera – Ziutka, ale także dla Pana?

Zleciało błyskawicznie. Ziutek spodobał się widzom, więc produkcja i scenarzyści mają dziś co robić. (uśmiech) To wielka zasługa naszych widzów, którzy oglądają serial i doceniają naszą pracę na przestrzeni lat. Fajnie. Nie zapominajmy też, że Ziutek ma swojego anioła stróża, czyli żonę Grażynkę.

Serial zdobył pięć Telekamer „Tele Tygodnia" w tym tę najważniejszą, Złotą. Do tych zasłużonych laurów w 2020 roku doszła także nagroda indywidualna dla Pana – Kryształowa Gwiazda za 50 lat pracy zawodowej!

Dla mnie to kolejny powód do radości.

„Naturszczyk", który tworzy historię polskiej kinematografii – to brzmi naprawdę dumnie. Nie myślał Pan nigdy o szkole teatralnej czy egzaminie eksternistycznym?

Naturszczyk, faktycznie, ale ponad 50 lat w zawodzie. Niedługo stuknie sześćdziesiątka. To całe życie. Powiem tak: chciałem iść na egzamin eksternistyczny. Rozmawiałem o tym z kolegami aktorami. „Heniek, czyś ty zwariował? Tyle lat w zawodzie, taka praktyka, a ty chcesz papieru?" – pytali. Powiedzieli mi wprost, że niektórym po szkole przydałyby się powtórki, ale mnie to niepotrzebne. I dałem sobie spokój. Oprócz tego, że występuję w filmach, gram przecież w teatrze.

Aktorstwo to dar czy ciężka, konsekwentna praca?

Talent, dar – jak zwał, tak zwał. Czy to ciężka praca? Teraz tak, teraz już człowiek wie, że to zawód. Ale jak grałem jako młody chłopak, to była tylko zabawa. Myślałem wtedy, że to głównie sposób na zwolnienie z lekcji, ale nie było tak różowo – mieliśmy na planie korepetytora i musieliśmy być na bieżąco z nauką.

Ma Pan ośmioro rodzeństwa. Czy ktoś nich też jest artystą?

Nie. Ze mną to też był czysty przypadek. Wtedy nie było agencji ani castingów. Reżyserzy chodzili po szkołach, podwórkach. Miałem to szczęście, że na moim podwórku mieszkał

AKTOR OPOWIADA o swoim podejściu do życia, aktorstwa i dlaczego nie wybiera się na emeryturę.

Jego największa duma, córka Róża, od aktorstwa wyżej ceni sobie muzykę.

ŻADNEJ ROLI SIĘ NIE BOI

WAKACJE Z DUCHAMI (1971) Z Edwardem Dymkiem i Romanem Mosiorem wcielali się w detektywów.

EDI (2002) W filmie Piotra Trzaskalskiego zagrał tytułowego złomiarza. Partnerował mu m.in. Jacek Braciak.

ŚWIAT WEDŁUG KIEPSKICH (2015-2021) W kultowym wrocławskim serialu wcielał się w kilka postaci, m.in. Bociana.

NA SYGNALE (2021-) W serialu o ratownikach medycznych jako Bronisław, starszy mężczyzna, który zmaga się z samotnością.

reżyser, który potrzebował młodych chłopaków do filmu i widział nas z okna. Wziął całą naszą grupę, ale tylko ja przeszedłem dalej. Pamiętam, że do pierwszej roli przefarbowali mnie na rudo. Nie czułem się z tym dobrze, bo wtedy rudy to był „rudzielec", dzieciaki dokuczały.

Słyszałam o pańskiej przygodzie z Teatrem Klasyki Polskiej, z którym podróżuje Pan po Polsce. Niedawno dostał Pan rolę w „Zemście". Bez żadnego castingu?

No jak casting? Casting po tylu latach pracy? (uśmiech) Polubiłem teatr. Tam nie ma powtórek. Jest żywe słowo, dyscyplina i ta niesamowita energia każdego wieczoru. Każdy spektakl jest inny, pozwala na małe improwizacje, jeśli tekst jest dobrze opanowany. A u mnie głowa wciąż pracuje – rozwiązuję sudoku na bieżąco, żeby ją ćwiczyć. To pomaga, nawet jak mam do nauki długi monolog. Zagrałem w „Zemście" w reż. Andrzeja Wajdy, gdzie było trzech murarzy, potem w Teatrze Telewizji, gdzie murarzy było dwóch, a teraz gram sam. Może w następnej inscenizacji w ogóle obejdzie się bez murarza?! (śmiech)

Zawsze Pan widzi pogodną stronę życia?

Nie lubię narzekać, marudzić, siedzieć bezczynnie. Na szczęście w domu i koło domu zawsze jest coś do zrobienia. Lubię działać, pracować. Wychowało mnie podwórko, trzepak, boisko, działki. Wracałem ze szkoły, rzucałem teczkę, komputerów nie było, więc biegłem na podwórko do kolegów. Trzymaliśmy się razem.

Serial „Lombard. Życie pod zastaw" też opiera się na relacjach międzyludzkich. Pokazuje, jak ważne jest spotkanie na swojej drodze właściwych ludzi.

To jest bardzo życiowa produkcja. Z jednej strony edukuje, z drugiej pomaga rozwiązywać problemy, uczy innego spojrzenia na sprawy. Ludzie z problemami często potrzebują głosu z zewnątrz, żeby wziąć sprawy w swoje ręce. Lombard w serialu działa trochę jak taksówka albo jak konfesjonał – każdy, kto do niego wejdzie, opowiada swoją historię.

Ziutek dziś jest szanowanym przedsiębiorcą, człowiekiem odpowiedzialnym za swoją rodzinę.

Każdą rolę trzeba unieść, zagrać – po to się jest aktorem. Niektórzy dzielą role na trudne i łatwe. Dla mnie nie ma takiego podziału. Do każdej trzeba się przyzwyczaić. To nie jest wielki problem: trzeba się dobrze ustawić do kamery, do światła, nauczyć tekstu i można ciągnąć. A Ziutek faktycznie pokazał tę nową drogę. Czasami sami bierzemy sprawy w swoje ręce, a czasami potrzebujemy „palca Bożego", żeby nas na coś skierował. Albo podejmiemy tę nową drogę, albo nie.

Widzowie serialu „Lombard. Życie pod zastaw" kochają Ziutka i jego żonę Grażynę (Jadwiga Iwona Domaszewicz).

A jak odnajduje się Pan w dzisiejszym świecie, w którym widzowie mają realny wpływ na serial, na los bohaterów?

Widzowie dopytują czasem, kiedy Ziutek znowu zacznie pić.... Widocznie brakuje im tych pierwszych perypetii, bo one były najśmieszniejsze. Ale scenarzyści tak mu życie wymyślili na nowo i ja się tego trzymam. Aktor wchodzi na plan i daje całe serducho, ale musi mieć z tyłu głowy, że to się może skończyć. Ja po prostu lubię swoją pracę, a jak człowiek robi to, co kocha i jeszcze dostaje za to wynagrodzenie, to jest ideał. Tego życzę każdemu.

Mógłby Pan być już na emeryturze, a Pan wciąż pracuje. To przekleństwo czy dobrodziejstwo?

Ogromnie się z tego cieszę! To świetna emerytura. Jak człowiek usiądzie w domu w kapciach, to już koniec. A tak – mam zajęcie, jestem między ludźmi. To jest coś wspaniałego, nie zamieniłbym tego na nic.

Pana córka Róża w tym roku zdawała maturę? Myśli o aktorstwie?

Za rok. W tym roku ma osiemnastkę. Próbowała sił przed kamerą w „Lombardzie", dostała nawet zaproszenie do filmu, ale podziękowała. Powiedziała, że nie chce. Nie zmuszam jej. Ona woli śpiewać, jej zainteresowania kierują się raczej w stronę pracy kreatywnej. Zobaczymy, co wybierze – w wieku osiemnastu lat rzadko kto wie na pewno, co chce robić. Ważne, że ma wybór.

Rozmawiała Beata Banasiewicz

→ **LOMBARD. ŻYCIE POD ZASTAW PO 22.06 godz. 18.00 TV PULS**

FOT.: PULS TV/GRZEGORZ GOŁĘBIOWSKI, AKPA (3), EAST NEWS (2), MAT. PRASOWE

FILMY SENSACYJNE, KOMEDIE, DRAMATY, SCIENCE

	sobota	niedziela	poniedziałek

SENSACJA

Skyfall

GODZ. 22.20 TVP HD Daniel Craig po raz trzeci w roli szpiega wszech czasów. Siedziba MI6 staje się celem zamachu. M ufa jedynie Bondowi. Zadaniem agenta 007 jest wytropienie Silvy. Dwa Oscary, m.in. za piosenkę w wykonaniu Adele.

Protector

GODZ. 20.00 C+ PREMIUM Milla Jovovich wciela się w doświadczoną żołnierkę. Zaprawiona w boju kobieta nie cofnie się przed niczym, by dopaść handlarzy ludźmi, którzy uprowadzili jej córkę. Bez litości eliminuje kolejnych wrogów.

Dług

GODZ. 22.30 KINO POLSKA Oparta na faktach, wstrząsająca opowieść o przedsiębiorcach, którzy podjęli desperacki krok, by uwolnić się od prześladowcy.

KOMEDIA

Anora

GODZ. 23.00 C+ PREMIUM Zaskakujący zwycięzca ubiegłorocznej gali oscarowej. Perypetie młodej striptizerki, która poślubia niedojrzałego syna rosyjskiego oligarchy, nagrodzono pięcioma statuetkami, m.in. za reżyserię i scenariusz.

Men in Black: International

GODZ. 20.00 AXN Kontynuacja kinowego przeboju z nową obsadą. Fani cyklu mogą liczyć na humor, wartką akcję i efekty specjalne. Do organizacji tropiącej kosmitów dołącza agentka M. Okazuje się, że w jednostce działa szpieg.

7 uczuć

GODZ. 20.00 KINO POLSKA Dziewiąta odsłona losów Adasia Miauczyńskiego, w którego wciela się tym razem Michał Koterski. Powraca on do czasów dzieciństwa.

DRAMAT

Istoty fantastyczne

GODZ. 20.00 HBO Nastoletnia Bea słyszy zagadkowy hałas. Gdy dostrzega animowaną postać, mdleje z emocji. Budzi się w mieszkaniu sąsiada. Poznaje tam fantastyczne istoty, Blossom i Blue, które musi uratować.

Tata

GODZ. 22.35 TVN FABUŁA Poruszające kino drogi z udaną kreacją Eryka Lubosa. Kierowca tira Michał jest ojcem Miśki. Gdy umiera opiekująca się nią sąsiadka z Ukrainy, mężczyzna zabiera córkę oraz wnuczkę zmarłej seniorki w podróż.

Lektor

GODZ. 20.00 FILMBOX+ ONE Prawnik odkrywa gorzką prawdę o wojennej przeszłości byłej kochanki. Adaptacja prozy Bernharda Schlinka. Oscar dla Kate Winslet.

SF/FANTASY

Lara Croft: Tomb Raider

GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK Adaptacja gry komputerowej o perypetiach walecznej archeolog. Lara chce pokrzyżować plany bractwa iluminatów. Ważną rolę w misji odgrywają instrukcje pozostawione jej przez ojca.

Aquaman i zaginione królestwo

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Czarna Manta znów zagraża Atlantydzie. By ocalić królestwo, Aquaman jednoczy siły z przyrodnim bratem. Losy bohatera uniwersum DC Comics. Za kamerą stanął twórca „Obecności" i „Piły" – James Wan.

Reminiscencja

GODZ. 22.05 TVN FABUŁA Hugh Jackman wciela się w mieszkańca postapokaliptycznego Miami. Po zaginięciu kochanki mężczyzna odkrywa złowrogi spisek.

wtorek | środa | czwartek | piątek

Karma

GODZ. 20.00 STOPKLATKA
Instruktorka jogi May dowiaduje się, że ma przyrodnią siostrę. Próbując jej pomóc, wkracza w świat, którym rządzi przemoc.

Bez snu

GODZ. 21.00 SUPER POLSAT
Funkcjonariusz Downs wraz z policyjnym partnerem wikła się w rozgrywkę z mafią. Ma tylko jedną noc, by ocalić porwanego syna.

The Killer

GODZ. 20.00 C+ PREMIUM Zawodowa zabójczyni postanawia chronić niewidomą piosenkarkę. Kino akcji w reżyserii mistrza gatunku, Johna Woo („Bez twarzy").

Gang Story

GODZ. 20.00 METRO Trzymająca w napięciu opowieść o członkach gangu, których drogi się rozeszły. Po latach były przestępca spotyka kompana, który oczekuje pomocy.

Duże dzieci

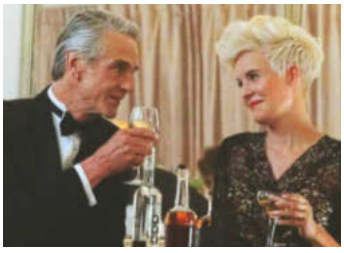
GODZ. 21.00 SUPER POLSAT
Kumple ze szkoły spotykają się po latach na pogrzebie trenera. W statecznych mężach i ojcach ożywa duch beztroskiej zabawy.

Kobieta sukcesu

GODZ. 22.30 TVP KOBIETA
Szefowa firmy mierzy się z nieuczciwą konkurencją i chaosem w życiu prywatnym. Optymistyczna opowieść o sile kobiet.

Równi goście

GODZ. 22.30 TVN FABUŁA Ryan Gosling i Russell Crowe grają duet skazanych na siebie detektywów. Ich drogi splata sprawa zaginięcia aktorki filmów dla dorosłych.



Miłość, ślub i inne nieszczęścia

GODZ. 22.20 TVP HD Przygotowania do ślubu polityka stają się tłem kilku miłosnych historii, łączących humor ze wzruszeniem.

Być kochaną

GODZ. 20.00 C+ PREMIUM
Skłaniająca do refleksji opowieść o kobiecie mierzącej się z kryzysem w związku. Terapia uświadamia jej, co jest dla niej naprawdę ważne.

Powodzenia, Leo Grande!

GODZ. 20.00 FILMBOX+ HITS
Wdowa wynajmuje 20-latka, by pomógł spełnić jej najskrytsze fantazje. Nominacja do Złotego Globu dla Emmy Thompson.

Sny o miłości

GODZ. 20.10 ALE KINO+ Siedemnastoletnia Johanne zakochuje się w nauczycielce. Przelewa swoje uczucia na papier. Zapiski dziewczyny niepokoją jej matkę.

Zabawa zabawa

GODZ. 20.00 KINO POLSKA
Skłaniające do refleksji losy kobiet zmagających się z alkoholizmem – studentki, prokuratorki i lekarki. Znakomita rola Doroty Kolak.

Pasażerowie

GODZ. 18.05 HBO Uczestnik kosmicznej misji budzi się z hibernacji. Jego decyzje przesądzą o losie innych ludzi. Połączenie kina SF z wątkiem miłosnym.

Underworld: Wojny krwi

GODZ. 22.00 SCI FI Kate Beckinsale w kontynuacji opowieści o wojnie wampirów z lykanami. Córka wojowniczej Selene przesądzi o przyszłości zwaśnionych klanów.

Terminator: Ocalenie

GODZ. 23.05 TV 4 Kontynuacja cyklu opowiadającego o wojnie ludzi ze sztuczną inteligencją. Widowiskowe efekty specjalne i Christian Bale w roli głównej.

Venom

GODZ. 21.00 SUPER POLSAT
Krwiożercza forma życia z kosmosu wnika w ciało dziennikarza i przejmuje nad nim kontrolę. Adaptacja losów postaci z komiksów Marvela.

SERIALE

HOLENDERSKI DETEKTYW w akcji, sukcesja w Yellowstone, problemy narkotykowe na Wspólnej i sprawy XIX-wiecznego asesora.

Ekipa Van Der Valka zawsze na miejscu wydarzeń.

Darrell S'Silva jako ekscentryczny patolog Hendik Davie.

Mocny duet – Van Der Valk i inspektor Lucienne Hassell (Maimie McCoy).

VAN DER VALK

KRYMINALNY W pierwszym odcinku 3. sezonu Piet Van der Valk (Marc Warren) wraz z nowymi członkami ekipy – impulsywnym Eddiem Sulemanem (Azan Ahmed) i zmagającą się z trudną przeszłością ekspertką od nowych technologii Citrą Li (Django Chan-Reeves) – prowadzą dochodzenie dotyczące zabójstwa młodego sportowca dokonanego przez snajpera. W kolejnych Van der Valk mierzy się ze sprawą nawiązującą do śledztwa z początku jego kariery oraz bada śmierć uczestnika magicznego rytuału przywołującego demona. Czy morderstwo ma nadprzyrodzoną przyczynę, czy też istnieje bardziej przyziemne wytłumaczenie? **EGP**

→ **VAN DER VALK 3 CZ 25.06 godz. 10.00 ALE KINO+**

OD 1. ODCINKA

YELLOWSTONE

NEOWESTERN John Dutton (Kevin Costner) zdaje sobie sprawę, że ranczo Yellowstone w Montanie, należące od pokoleń do jego rodziny, jest łakomym kąskiem dla inwestorów i kartą przetargową lokalnych polityków. By nie dopuścić do przejęcia ziemi, Dutton musi podjąć radykalne kroki. Sytuację komplikują miliony oferowane przez deweloperów oraz narastający konflikt z rdzennymi mieszkańcami, do których niegdyś należały te tereny. Tymczasem na ranczo przyjeżdża córka Johna, Beth (Kelly Reilly), która od śmierci matki unikała Yellowstone. Nikt nie przeczuwa, że zbliżają się mroczne czasy dla rodziny Duttonów i kolejne, bolesne pożegnanie. **JP**

→ **YELLOWSTONE ND 21.06 godz. 20.00 METRO**

NA WSPÓLNEJ

OBYCZAJOWY Po tym, jak Nowakówna (Maja Oświecińska) po raz kolejny zażyła narkotyki od Leona (Borys Otawa) i okłamała ojca (Jakub Wesołowski), sprawy jeszcze bardziej się skomplikują. Anka (Sonia Mietielica) będzie zdruzgotana tym, że Igor tak łatwo uwierzył w kłamstwa córki, która powiedziała mu, że Anka znów truje Jasia. Nowak jednak nie będzie dopuszczać do siebie myśli, że Julka może być pod wpływem środków odurzających. Kiedy kolejny raz, za namową Anki, spróbuje porozmawiać z córką, ta nie wytrzyma i zacznie szlochać. Chwilę później z krzykiem wybiegnie z domu i pojedzie do Leona. A ten, aby ją uspokoić, da jej kolejną działkę narkotyków! **JP**

→ **NA WSPÓLNEJ WT 23.06 godz. 20.15 TVN**

FOT. MATERIAŁY PRASOWE

NOWE ODCINKI

DETEKTYW VON FOCK

KRYMINALNY Podczas letniego balu organizowanego przez Magnusa (Nils Mattias Steinberg) dochodzi do tragedii - gwiazda wieczoru zostaje znaleziona martwa. Obecny na sali Paul von Fock (Priit Pius) natychmiast rozpoczyna śledztwo, co sprawia, że po raz kolejny musi odłożyć ogłoszenie własnych zaręczyn z Marią von Nottbeck (Aurora Ruffino). Tymczasem w trakcie dochodzenia pojawiają się wątpliwości co do prawdziwej tożsamości artystów zaproszonych przez Magnusa. Podejrzenia budzi zwłaszcza główny pirotechnik, którego dowód osobisty nie zgadza się z nazwiskiem, jakim się posługuje. **EGP**

→ DETEKTYW VON FOCK
SO 20.06 godz. 20.00
ROMANCE TV

Tommy (Nathan Braniff), Annie (Katherine Devlin), Stevie (Martin McCann) i Grace (Siân Brooke) w akcji.

NOWY SEZON

NA NIEBIESKICH ŚWIATŁACH

KRYMINALNY Dwa lata służby na ulicach Belfastu pozwoliły Grace, Annie i Tommy'emu okrzepnąć w policyjnej rzeczywistości. Teraz staną przed największym wyzwaniem w swojej karierze. Gdy wydawało się, że lokalne gangi zostały pokonane, w mieście pojawia się międzynarodowa organizacja przestępcza, której wpływy sięgają daleko poza świat ulicznych bandytów. Śledztwo prowadzi policjantów do miejsc, gdzie granica między prawem a bezprawiem staje się niepokojąco cienka. Okazuje się, że w działalność gangów uwikłani są prawnicy, księgowi i przedstawiciele lokalnych elit. **MAM**

→ NA NIEBIESKICH ŚWIATŁACH 3 CZ 25.06 godz. 21.00 BBC FIRST

REKLAMA

ROZRYWKA

WYJĄTKOWY JUBILEUSZ, gala teatralna oraz letnie koncerty od Rzeszowa, przez Kraków i Bielsko-Białą, aż po... Wiedeń.

Bartosz Cebeńko, Aleksandra Kostrzewska, Maciej Orłoś i reszta ekipy zapraszają do TVP 1, TVP Info i TVP VOD.

ODCINEK SPECJALNY

TELEEXPRESS

INFORMACYJNY W połowie lat 80. Józef Węgrzyn, ówczesny szef Warszawskiego Ośrodka Telewizyjnego, wraz ze współpracownikami wymyślił nowy program, w którym informacje miały być podawane w krótkiej, zwięzłej formie, a kiedy okoliczności na to pozwolą – z uśmiechem i mrugnięciem okiem do widza. „Teleexpress" na antenie zadebiutował 26 czerwca 1986 roku i do dziś gromadzi ponad milionową widownię. Jubileusz będziemy świętować m.in. podczas odcinka specjalnego. Pojawią się w nim materiały archiwalne i wypowiedzi gwiazd, które zdradzą, z czym kojarzy im się ten program... Na tym nie koniec niespodzianek! **JK**

→ **TELEEXPRESS PT 26.06 godz. 17.00 TVP 1**

W wakacje połączenia na terenie całego kraju obsługuje specjalna lokomotywa w barwach „Teleexpressu".

NA ŻYWO

DWA TEATRY

WYDARZENIE Jubileuszowy, 25. Festiwal Teatru Polskiego Radia i Teatru Telewizji Polskiej „Dwa Teatry" odbędzie się w Sopocie od 19 do 22 czerwca. TVP Kultura pokaże galę finałową tego wydarzenia. Poznamy nie tylko najlepsze spektakle telewizyjne i słuchowiska radiowe minionego roku, ale także m.in. najlepszego reżysera i najlepszych aktorów. Wielkie Nagrody za całokształt twórczości otrzymają aktorzy Andrzej Seweryn i Danuta Stenka (zdj.). Nagrody Specjalne przyznano reżyserom Laco Adamikowi oraz Witoldowi Gierszowi. Uroczystość poprowadzą Marta Malikowska i Sebastian Stankiewicz. **EGP**

→ **DWA TEATRY PO 22.06 godz. 19.00 TVP KULTURA**

EUROPEJSKI STADION KULTURY

NA ŻYWO

KONCERT Jak co roku pod koniec czerwca (25-28.06) Rzeszów staje się europejską stolicą kultury, w której spotykają się artyści ze wschodniej Europy i wspólnie eksperymentują ze sztuką. W mieście odbywać się będą spotkania i koncerty, a najważniejszy z nich – koncert główny – pokaże TVP Kultura. Otworzy go pochodzący z Rzeszowa zespół Pectus. Po nich na scenie pojawią się niezwykłe duety muzyczne. I tak Bovska wystąpi z Jerry Heil z Ukrainy, Ralph Kaminski z francusko-amerykańskim duetem Faux Real, a Mary Spolsky (zdj.) – z pochodzącym z Gruzji Tamadą. **EGP**

→ **WSCHÓD KULTURY – EUROPEJSKI STADION KULTURY 2026 PT 26.06 godz. 21.15 TVP KULTURA**

FOT: AKPA (6), EAST NEWS (4)

FINAŁ

FESTIWAL ZACZAROWANEJ PIOSENKI

Prowadzący Anna Dymna i Mateusz Janicki.

Młodzi ludzie z niepełnosprawnościami na koncercie w Krakowie.

KONCERT Uczestnicy 18. Festiwalu Zaczarowanej Piosenki po raz kolejny udowodnią, jak wielką siłą w ich życiu są talent, pasja i marzenia. W Krakowie sześcioro finalistów w wieku 10-16 lat zmierzy się z piosenkami Marka Dutkiewicza. Widzowie poznają także ich poruszające historie – dzięki rozmowom z Anną Dymną, zarejestrowanym w formie filmów. Artystów oceni jury złożone m.in. z Jacka Cygana, Urszuli Dudziak i Mietka Szcześniaka. Wystąpią także gwiazdy polskiej sceny muzycznej: Alicja Majewska, Kaśka Sochacka, Julia Pietrucha, Igo i Ralph Kaminski. Część 2. zobaczymy w niedzielę o 16.15. **MAM**

→ **FESTIWAL ZACZAROWANEJ PIOSENKI SO 20.06 godz. 16.15 TVP 2**

Izabela Trojanowska wróciła do swojej starej fryzury i znów jest na topie!

NA ŻYWO

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ

WIDOWISKO Dwanaście koncertów, wielkie gwiazdy, a do tego fascynująca podróż po Polsce w poszukiwaniu pełnych atrakcji miejsc i regionalnych smaków. Pierwszym przystankiem tegorocznej trasy „Lata z Radiem i Telewizją Polską" będzie Bielsko-Biała – na lotnisku w Aleksandrowicach pojawią się m.in. Maryla Rodowicz, Izabela Trojanowską, Doda (zdj. w kółku) i Filip Lato. Kolejne koncerty odbędą się w Radomiu, Zakopanem, Ełku, Chełmie, Grudziądzu, Poddębicach, Lublinie, Mrozach, Tarnowie oraz Gołdapi. Potrwają aż do 5 września, kiedy to w Białych Błotach czeka nas finał wakacyjnej trasy. **MJ**

→ **LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ SO 20.06 godz. 20.00 TVP 2**

SUMMER NIGHT

KONCERT Po raz 23. w ogrodach pałacu Schönbrunn w Wiedniu odbył się „Koncert Nocy Letniej". Filharmonicy Wiedeńscy wystąpili pod dyrekcją Lorenzo Viottiego, a gościem specjalnym był Bryn Terfel. Walijski bas-baryton jest synem rolnika i od najmłodszych lat uwielbiał muzykę. Przyjaciel rodziny nauczył go śpiewać, zaczynając od tradycyjnych pieśni walijskich. Po wygraniu wielu konkursów wokalnych Terfel przeprowadził się do Londynu, gdzie rozpoczął naukę śpiewu operowego. Podczas koncertu usłyszymy m.in. arie z „Mefistofelesa" Boita i „Falstaffa" Verdiego oraz pieśń Tewjego ze „Skrzypka na dachu". **MJ**

→ **SUMMER NIGHT – KONCERT SCHÖNBRUNN 2026 PT 26.06 godz. 23.25 TVP 2**

W tym roku z Filharmonikami Wiedeńskimi wystąpił walijski śpiewak Bryn Terfel.

POZNAMY ZIELONE kolcorogi, przyjrzymy się rywalizacji USA i Chin, a Tom Hanks odsłoni kulisy złamania kodu Enigmy.

DOKUMENT

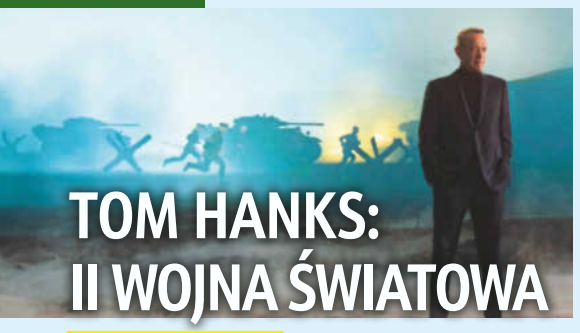
Dzięki kolcom jeż odstrasza napastników i zmniejsza ryzyko urazów.

MALI MIESZKAŃCY PÓŁWYSPU IBERYJSKIEGO

SPEKTAKL NATURY Uzbrojony w tysiące kolców jeż europejski przemierza iberyjskie tereny w poszukiwaniu pożywienia, a młode koszatki ogrodowe stawiają pierwsze kroki w świecie pełnym zagrożeń. Wśród kwitnących łąk trwa nieustanny spektakl natury: paź królowej przechodzi niezwykłą metamorfozę, trujące oleice ujawniają swoje sekrety, modliszki zachwycają obyczajami godowymi. Gdy zapada noc, mokradła rozbrzmiewają chórem rzekotek śródziemnomorskich. Wśród traw pojawiają się też tajemnicze kolcorogi – maleńkie owady o zadziwiającym wyglądzie. Wszystkie te stworzenia poznamy w odcinku „Zabójcze kolce i zielone kolcorogi". **MAM**

→ MALI MIESZKAŃCY PÓŁWYSPU IBERYJSKIEGO SO 20.06 godz. 11.35 TVP 1

Kolcorogi są czasem nazywane zielonymi bizonami.



TOM HANKS: II WOJNA ŚWIATOWA

TAJEMNICA ENIGMY Pod koniec I wojny światowej niemiecki inżynier Arthur Scherbius skonstruował maszynę szyfrującą na potrzeby korespondencji handlowej. Po modyfikacjach zaczęło z niej korzystać także niemieckie wojsko. Wywiady Wielkiej Brytanii i Francji starały się złamać szyfr tajemniczej Enigmy. Bez rezultatu. Wtedy na scenie historii pojawili się polscy matematycy: Marian Rejewski, Jerzy Różycki i Henryk Zygalski, którzy już w 1932 roku złamali szyfr. Latem 1939 roku przekazali cenny materiał Wielkiej Brytanii i Francji. O tych wydarzeniach opowiada Tom Hanks w najbliższym odcinku dokumentalnej serii. **MJ**

→ TOM HANKS: II WOJNA ŚWIATOWA WT 23.06 godz. 21.00 HISTORY

USA KONTRA CHINY: STARCIE SUPERMOCARSTW

POLITYCZNE GRY Walka o przyszłość świata nie toczy się już na polach bitew, lecz w gabinetach polityków, na giełdach, w fabrykach mikrochipów i mediach społecznościowych. Serial BBC odsłania kulisy jednego z najważniejszych starć XXI wieku – rywalizacji Donalda Trumpa z Xi Jinpingiem. Twórcy docierają do osób będących w samym centrum wydarzeń, pokazują zakulisowe negocjacje i decyzje wpływające na życie miliardów ludzi. W dobie sporów o cła, AI i globalną dominację gospodarczą ten dokument nabiera szczególnego znaczenia. To opowieść o mocarstwach, których konflikt kształtuje naszą rzeczywistość. **MAM**

→ USA KONTRA CHINY... ŚR 24.06 godz. 22.00 BBC BRIT

PREMIERA

FOT: ADOBE STOCK (2), MATERIAŁY PRASOWE (2)

Dbaj o jakość życia

ODKRYJ, JAK WIELKĄ MOC MA KOLAGEN!

Piękna, gładka skóra, sprawne stawy i kolana bez bólu - to zasługa „włókien młodości"'. Jednak po 26 roku życia tracimy zdolność ich odbudowy. Na szczęście na rynku są doskonałe preparaty, które pomogą nam uzupełnić ubytki cennego kolagenu. Znakomitym wyborem jest dobroczynny KolagenCito!

Piękno zaczyna się od wewnątrz – chyba każdy słyszał o tej zasadzie. Ale czy pamiętamy o jej przestrzeganiu? Nawet najlepszy krem może nie przynieść zadowalających efektów, jeśli cennych składników nie dostarczymy organizmowi od środka. Jednym z najlepszych przykładów jest kolagen. Jego nazwa wywodzi się od greckiego słowa „kolla", które oznacza „klej". Dzięki swym niezwykłym właściwościom tworzy swego rodzaju rusztowanie dla skóry. Bywa też nazywany strażnikiem napięcia, bo to właśnie kolagen trzyma naszą skórę w ryzach, odpowiadając za jej sprężystość. Pielęgnuje i sprawia, że jest gładka, dobrze napięta i nawilżona. Kolagen pozwala też na sprawne gojenie się ran i zrastanie złamanych kości. Korzystnie wpływa również na układ krwionośny. Dzięki obecnej w nim prolinie ściany tętnic są oczyszczane z tłuszczu. Pełni także funkcję obronną w układzie odpornościowym – chroni go przed ingerencją drobnoustrojów i toksyn.

Gdy mi ciebie zabraknie

Po 26. roku życia organizm traci zdolność do odbudowy kolagenu, średnio o ok. 2 proc. rocznie. Objawy jego niedoboru to spadek napięcia skóry i jej wiotczenie, osłabienie włosów i paznokci, powstawanie zmarszczek oraz gorsza regeneracja organizmu. Ubytek kolagenu odczujemy również w postaci sztywności stawów, bólu kręgosłupa, kolan, łydek, bioder czy nadgarstków. Jego brak sprzyja też powstawaniu cellulitu i rozstępów, opadają powieki. Procesy te są postępujące, ale możemy je jednak starać się opóźniać i odbudowywać organizm. Jedną z najważniejszych zasad jest prawidłowa i zróżnicowana dieta, bogata w mikroelementy, witaminy A,C,E, kwasy tłuszczowe omega-3 i 6 oraz związki siarki, które bezpośrednio uczestniczą w produkcji kolagenu.

Najlepszy wybór - kolagen w małej pastylce

Jednak dieta to za mało. Czy istnieje zatem skuteczny sposób na korzystne rekompensowanie organizmowi ubytków kolagenu? Owszem! Za pomocą odbudowy organizmu kolagenem. Ważne jednak, by sięgać po produkty wysokiej jakości, z opatentowaną formułą i idealnym składem. Takim wysokogatunkowym produktem jest KolagenCito, znanej z doskonałej niemieckiej technologii produkcji i cenionej przez klientów marki Reutter, który w swoim składzie ma także odpowiednio dobraną dawkę witaminy C, wspierającą proces odbudowy włókien kolagenowych. Każda pastylka zawiera aż 400 mg cennego kolagenu. Należy systematycznie ssać do trzech pastylek dziennie. Regularne stosowanie KolagenCito wspomaga utrzymanie aksamitnie gładkiej skóry, łagodzi zmarszczki oraz cellulit. Działa też korzystnie np. na stawy – kolagen pomaga w regeneracji chrząstki, stymuluje wytwarzanie płynu maziowego.

Dobry, bo oryginalny!

Dobroczynny KolagenCito to produkt chroniony prawem patentowym na świecie. KolagenCito jest rekomendowany dla osób dbających o siebie. Można go kupić w aptekach i sklepach medyczno-zielarskich w korzystnej cenie za ok. 43 zł.

KolagenCito – bestseller!
Znakomity, niemiecki, opatentowany produkt – postaw na jakość!
- Kolagen to ważny, sprężysty budulec, m.in.: ścięgien, kości, stawów, chrząstki, dziąseł, naczyń krwionośnych.
- Kolagen czynnie wspomaga jędrność skóry, łagodzi zmarszczki oraz cellulit.
- Znakomity dla uprawiających sport.

1 pastylka KolagenCito zawiera aż 400 mg kolagenu

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

MARTIN ØDEGAARD jest kapitanem Arsenalu i reprezentacji Norwegii.

ERLING HAALAND został królem strzelców europejskich eliminacji MŚ (16 goli).

MICHAEL OLISE ma za sobą bardzo udany sezon w Bayernie Monachium.

MISTRZOSTWA ŚWIATA

NORWEGIA – FRANCJA

NIE SAMYM mundialem żyje kibic. Warto czekać nie tylko na mecz Norwegii z Francją, lecz także żużlowe Grand Prix Polski i galę KSW 119.

PIŁKA NOŻNA Selekcjoner norweskiej kadry Ståle Solbakken dobrze pamięta ostatni mundial z udziałem reprezentacja jego kraju. Był 1998 rok. On miał wtedy 30 lat i należał do drużyny Egila Olsena, która dotarła do 1/8 finału. Największej gwiazdy obecnej ekipy Drilos, Erlinga Haalanda, ani jej kapitana, Martin Ødegaarda, nie było wtedy na świecie. Podczas turnieju w USA, Kanadzie i Meksyku obaj mają doprowadzić Norwegię do największego sukcesu w niezbyt bogatej historii jej występów w mistrzostwach świata. Skandynawowie przeszli eliminacje jak burza. W grupie I zdobyli komplet punktów, a po drodze dwukrotnie wysoko pokonali Włochów (3:0 i 4:1). Do tego strzelili najwięcej goli ze wszystkich europejskich drużyn – aż 37 w 8 meczach. Liczby pokazują, że Solbakkenowi udało się stworzyć drużynę z prawdziwego zdarzenia. Jeśli we wcześniejszych spotkaniach grupy I nie dojdzie do niespodzianek, w meczu Norwegia – Francja w Bostonie powinien zostać wyłoniony jej zwycięzca. Ten w 1/16 finału trafi na jedną z drużyn, które wywalczyły awans z trzeciego miejsca w tabeli. Przegranemu grozi za to potencjalna potyczka z Niemcami lub Wybrzeżem Kości Słoniowej. Zarówno Wikingowie, jak i wicemistrzowie świata będą zdeterminowani, by ułatwić sobie życie na starcie fazy pucharowej turnieju.

→ **NORWEGIA – FRANCJA PT 26.06 godz. 20.50 TVP 1**

KACPER WORYNA na co dzień broni barw Motoru Lublin.

GRAND PRIX POLSKI

ŻUŻEL Przed nami pierwszy biało-czerwony przystanek na trasie tegorocznego cyklu Speedway Grand Prix. W roli lidera klasyfikacji generalnej do Wrocławia przybywa Brady Kurtz. Australijczyk czuje na plecach oddech m.in. Bartosza Zmarzlika, który wciąż czeka na pierwsze zwycięstwo w trwającej kampanii. Na torze miejscowej Sparty do udowodnienia ma coś także Kacper Woryna. Triumfator inauguracyjnej rundy sezonu w Landshut postara się powetować kibicom swoje ostatnie rozczarowujące przejazdy w Pradze i Manchesterze.

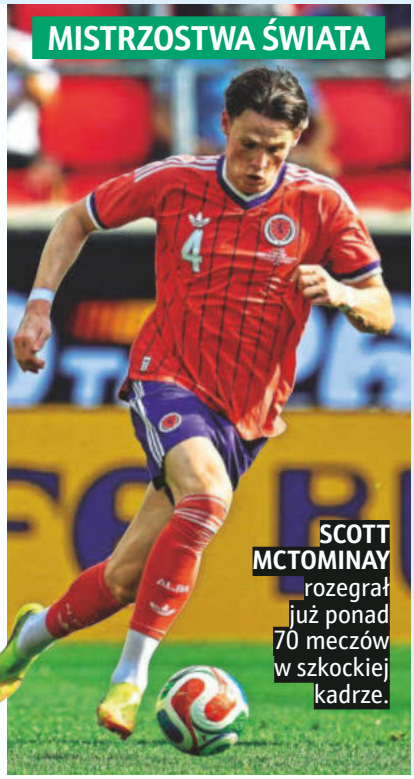
→ **GRAND PRIX POLSKI WE WROCŁAWIU SO 20.06 godz. 18.30 EUROSPORT 3**

SZKOCJA – BRAZYLIA

PIŁKA NOŻNA Canarinhos starają się grać zawsze pięknie i z polotem, tak, by ręce kibiców same składały się do oklasków. Przekonamy się, czy piłkarscy artyści z Kraju Kawy zdołają rozwinąć skrzydła na Miami Stadium w ostatniej potyczce w grupie C, w której za rywala będą mieć szkockich rzemieślników. Tartanowa Armia dostała się na mundial po raz pierwszy od 28 lat i zrobi wszystko, by przedłużyć swoją przygodę w turnieju o kolejne spotkania w fazie pucharowej. Istnieje spore prawdopodobieństwo, że będzie jej do tego potrzebny korzystny wynik w starciu z Brazylią. Wyspiarze pokładają ogromne nadzieje w Scotcie McTominayu. Na co dzień piłkarz Napoli w eliminacjach poprowadził Szkotów m.in. do arcyważnego triumfu nad Danią (4:2), strzelając pięknego gola z przewrotki.

→ **SZKOCJA – BRAZYLIA ŚR 24.06 godz. 23.50 TVP 1**

MISTRZOSTWA ŚWIATA



SCOTT MCTOMINAY rozegrał już ponad 70 meczów w szkockiej kadrze.

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE, GALA KSW (2)

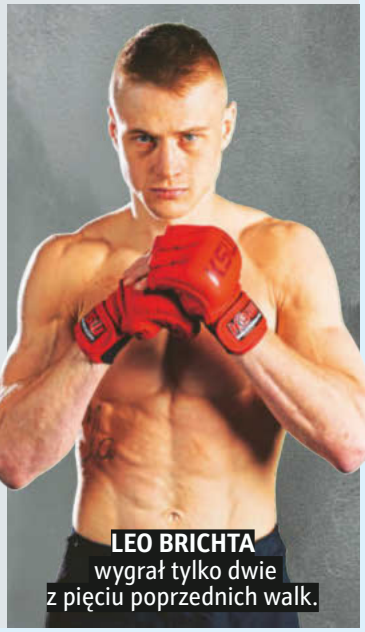
PATRYK KACZMARCZYK – LEO BRICHTA

KSW 119

PATRYK KACZMARCZYK buduje swoją karierę w zawodowym MMA od 2019 r.

SPORTY WALKI Niespełniony w wadze lekkiej Leo Brichta na początku 2025 roku postanowił wykonać brawurowy zwrot w swojej karierze. Czech zszedł do kategorii piórkowej w wielkim stylu, pokonując w debiucie Łukasza Charzewskiego. W kolejnych walkach Prażaninowi wiodło się ze zmiennym szczęściem – poniósł porażkę z Adamem Soldajewem, lecz zdołał wrócić na właściwe tory dzięki wygranej z Werllesonem Martinsem. W nagrodę podczas gali KSW numer 119 skrzyżuje rękawice z Patrykiem Kaczmarczykiem, aktualnym czempionem w wadze do 65,8 kg. Dla Księcia Radomia pojedynek w rodzinnym mieście to pierwsza obrona pasa, po który sięgnął siedem miesięcy temu kosztem Adama Soldajewa. Polak ciężko pracował na to, by wdrapać się na szczyt rankingu KSW i na pewno tanio skóry nie sprzeda. Pozostaje pytanie, czy wytrzyma napór Brichty, który uchodzi za specjalistę od technicznych nokautów. Najciekawszą walkę wieczoru poprzedzi m.in. konfrontacja Štefana Vojčáka z Arkadiuszem Wrzoskiem. Jej triumfator przybliży się do rewanżu z królem wagi ciężkiej, Philipem De Friesem.

→ **PATRYK KACZMARCZYK – LEO BRICHTA SO 20.06 godz. 19.00 CANAL+ EXTRA 1**



LEO BRICHTA wygrał tylko dwie z pięciu poprzednich walk.

VIKTOR GYÖKERES (z lewej) strzelił gola na wagę awansu Szwedów do mundialu.

MISTRZOSTWA ŚWIATA

HOLANDIA – SZWECJA

PIŁKA NOŻNA Szwedzi dostali się na mundial tylnymi drzwiami. Nie wygrali żadnego meczu w fazie grupowej eliminacji, lecz na nasze nieszczęście przebudzili się w barażach, pokonując w nich kolejno Ukrainę i Polskę. Starcie z Holandią w drugiej serii spotkań grupy F zweryfikuje, czy Trzy Korony stać na to, by namieszać w mistrzostwach świata. Pomarańczowi imponują solidnością w wielkich imprezach. Cztery lata temu znaleźli się wśród ośmiu najlepszych ekip katarskiego mundialu, a później dotarli do półfinału Euro 2024. Potencjał kadry Ronalda Koemana pozwala jej mierzyć równie wysoko podczas turnieju w USA, Kanadzie i Meksyku.

→ **HOLANDIA – SZWECJA SO 20.06 godz. 18.50 TVP 1**

MISTRZOSTWA ŚWIATA

NIEMCY – WYBRZEŻE KOŚCI SŁONIOWEJ

PIŁKA NOŻNA Nasi zachodni sąsiedzi nie wyszli z grupy na dwóch poprzednich mundialach. Zespół Juliana Nagelsmanna ma przerwać tę fatalną passę. Przed nim starcie z Iworyjczykami. Mimo że ekipa Emerse'a Faé jest najmłodsza na MŚ (średnia wieku to niemal 26 lat), powinna walczyć o pierwsze miejsce w grupie E. Franck Kessié i spółka nie pękają w bojach z potęgami – w czerwcu pokonali w sparingu Francję 2:1. Czy zaskoczą też Niemców?

→ **NIEMCY – WYBRZEŻE KOŚCI SŁONIOWEJ SO 20.06 godz. 21.50 TVP 1**

YAN DIOMANDE znalazł się na celowniku Paris Saint-Germain.

KAI HAVERTZ zadebiutował w niemieckiej kadrze w wieku 19 lat.

TYDZIEŃ SPORTU NA ŻYWO

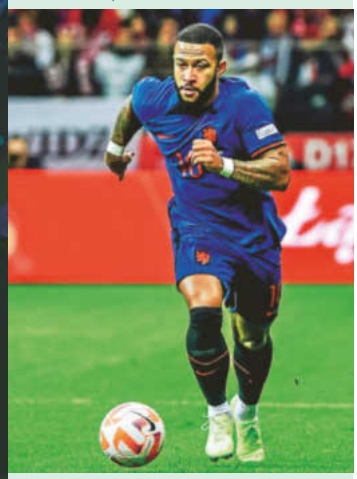
TRANSMISJE OD SOBOTY 20 DO PIĄTKU 26 CZERWCA Zaplanuj z nami cały tydzień sportowych emocji!

PIŁKA NOŻNA

MISTRZOSTWA ŚWIATA 2026

PT/SO Turcja – Paragwaj
4.50 TVP 2; TVP SPORT

SO Holandia – Szwecja
18.50 TVP 1; TVP SPORT



SO Niemcy – Wybrzeże Kości Słoniowej
21.50 TVP 1; TVP SPORT

SO/ND Ekwador – Curacao
1.50 TVP 2; TVP SPORT

SO/ND Tunezja – Japonia
5.50 TVP 2; TVP SPORT

ND Hiszpania – Arabia Saudyjska
17.50 TVP 2; TVP SPORT

ND Belgia – Iran
20.50 TVP 1; TVP SPORT

ND Urugwaj – Republika Zielonego Przylądka
23.50 TVP 2; TVP SPORT

ND/PO Nowa Zelandia – Egipt
2.50 TVP 1; TVP SPORT

PO Argentyna – Austria
18.50 TVP 2; TVP SPORT

PO Francja – Irak
22.50 TVP 1; TVP SPORT

PO/WT Norwegia – Senegal
1.50 TVP 1; TVP SPORT

PO/WT Jordania – Algieria
4.50 TVP 2; TVP SPORT

WT Portugalia – Uzbekistan
18.50 TVP 2; TVP SPORT

WT Anglia – Ghana
21.50 TVP 1; TVP SPORT

WT Panama – Chorwacja
0.50 TVP 2; TVP SPORT

WT/ŚR Kolumbia – Demokratyczna Republika Konga
3.50 TVP 1; TVP SPORT

ŚR Szwajcaria – Kanada
20.50 TVP 1

ŚR Bośnia i Hercegowina – Katar
20.50 TVP SPORT

ŚR Szkocja – Brazylia
23.50 TVP 1

ŚR Maroko – Haiti
23.50 TVP SPORT

ŚR/CZ RPA – Korea Południowa
2.50 TVP SPORT

ŚR/CZ Czechy – Meksyk
2.50 TVP 2

CZ Ekwador – Niemcy
21.50 TVP 1

CZ Curacao – Wybrzeże Kości Słoniowej
21.50 TVP SPORT

CZ Tunezja – Holandia
0.50 TVP SPORT

CZ Japonia – Szwecja
0.50 TVP 1

CZ/PT Turcja – USA
3.50 TVP 1

CZ/PT Paragwaj – Australia
3.50 TVP SPORT

PT Senegal – Irak
20.50 TVP SPORT

PT Norwegia – Francja
20.50 TVP 1 HIT

PT Urugwaj – Hiszpania
1.50 TVP 1

PT Republika Zielonego Przylądka – Arabia Saudyjska
1.50 TVP SPORT

2. LIGA HISZPAŃSKA

SO Finałowy mecz barażowy
20.55 ELEVEN SPORTS 1

INNE DYSCYPLINY

FORMUŁA 1

PT Grand Prix Austrii — ELEVEN SPORTS 1
13.25 1. sesja treningowa

PT Grand Prix Austrii — ELEVEN SPORTS 1
16.55 2. sesja treningowa

JEŹDZIECTWO

SO Global Champions Tour w Paryżu — EUROSPORT 1
18.45 8. eliminacja

KOLARSTWO

SO Wyścig dookoła Słowenii — EUROSPORT 1
13.30 4. etap
Reprezentanci Polski

SO Tour de Suisse — EUROSPORT 1
15.30 4. etap
Kwiatkowski

ND Wyścig dookoła Słowenii — EUROSPORT 1
13.00 5. etap
Reprezentanci Polski

ND Tour de Suisse — EUROSPORT 1
15.20 5. etap
Kwiatkowski

KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN

ND ORLEN Basket Liga — POLSAT SPORT 1
18.30 7. mecz finałowy fazy play-off: Legia – Zastal Zielona Góra

LEKKOATLETYKA

ND World Athletics Continental Tour Gold – Hengelo 2026 — POLSAT SPORT 1
15.00 FBK Games

PT World Athletics Continental Tour Gold – Zagrzeb 2026 — POLSAT SPORT 2
18.00 76. Boris Hanžeković Memorial

SIATKÓWKA KOBIET

SO Liga Narodów — POLSAT SPORT 2
9.45 Mecz: USA – Włochy

SO Liga Narodów — POLSAT SPORT 1
11.45 Mecz: Holandia – Polska

SO Liga Narodów — POLSAT SPORT 1
14.45 Mecz: Chiny – Brazylia

SO Liga Narodów — POLSAT SPORT 1
18.15 Mecz: Turcja – Niemcy

ND Liga Narodów — POLSAT SPORT 1
5.45 Mecz: Serbia – USA

ND Liga Narodów — POLSAT SPORT 2
7.45 Mecz: Bułgaria – Ukraina

ND Liga Narodów — POLSAT SPORT 2
11.15 Mecz: Belgia – Francja

ND Liga Narodów — POLSAT SPORT 1
11.45 Mecz: Kanada – Polska

ND Liga Narodów — POLSAT SPORT 2
13.45 Mecz: Japonia – Włochy

ND Liga Narodów — POLSAT SPORT 2
18.15 Mecz: Turcja – Chiny

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

ŚR Liga Narodów — POLSAT SPORT 2
12.45 Mecz: Chiny – Turcja

ŚR Liga Narodów — POLSAT SPORT 1
12.45 Mecz: Bułgaria – Włochy

ŚR Liga Narodów — POLSAT SPORT 3
13.15 Mecz: Serbia – Japonia

ŚR Liga Narodów — POLSAT SPORT 3
16.15 Mecz: Kuba – USA

ŚR Liga Narodów — POLSAT SPORT 2
16.15 Mecz: Argentyna – Niemcy

ŚR Liga Narodów — POLSAT SPORT 1
16.45 Mecz: Ukraina – Brazylia

ŚR Liga Narodów — POLSAT; POLSAT SPORT 1
19.45 Mecz: Polska – Belgia

ŚR Liga Narodów — POLSAT SPORT 3
20.15 Mecz: Francja – Iran

CZ Liga Narodów — POLSAT SPORT 1
16.15 Mecz: Ukraina – Włochy

CZ Liga Narodów — POLSAT SPORT 3
16.15 Mecz: Chiny – Belgia

CZ Liga Narodów — POLSAT SPORT 2
16.45 Mecz: Iran – USA

– zawody z udziałem Polaków

CZ Liga Narodów POLSAT SPORT 1; POLSAT
19.45 Mecz: Polska – Turcja HIT

CZ Liga Narodów POLSAT SPORT 2
20.15 Mecz: Francja – Kuba

PT Liga Narodów POLSAT SPORT 3
16.15 Mecz: Chiny – Argentyna

PT Liga Narodów POLSAT SPORT 1
16.45 Mecz: Iran – Japonia

PT Liga Narodów POLSAT SPORT 1
19.45 Mecz: Brazylia – Włochy

PT Liga Narodów POLSAT SPORT 2
20.15 Mecz: Serbia – Kuba

PT Liga Narodów POLSAT SPORT 3
20.15 Mecz: Belgia – Niemcy

SIATKÓWKA PLAŻOWA

ND Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie POLSAT SPORT 3
9.00 Mecz ćwierćfinałowy kobiet

ND Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie POLSAT SPORT 3
10.00 Mecz ćwierćfinałowy mężczyzn

ND Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie POLSAT SPORT 3
11.00 Mecz półfinałowy kobiet

ND Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie POLSAT SPORT 3
12.00 Mecz półfinałowy mężczyzn

ND Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie POLSAT SPORT 3
13.00 Mecz o 3. miejsce kobiet

ND Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie POLSAT SPORT 3
14.00 Mecz o 3. miejsce mężczyzn

ND Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie POLSAT SPORT 3
15.00 Mecz finałowy kobiet

ND Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie POLSAT SPORT 3
16.00 Mecz finałowy mężczyzn

SPORTY WALKI

SO XTB KSW 119 w Radomiu CANAL+ EXTRA 1
19.00 Walka: Patryk Kaczmarczyk – Leo Brichta

SO UFC Fight Night POLSAT SPORT 1
2.00 Walka: Manel Kape – Kyoji Horiguchi

PT ONE Fight Night 44 CANAL+ SPORT
3.00 Walka: George Jarvis – Rungrawee Sitsongpeenong

TENIS

SO Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
11.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

SO Turniej ATP Challenger w Poznaniu POLSAT SPORT 3
14.00 Mecz finałowy gry pojedynczej

SO Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
14.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

SO Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 2
15.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

SO Turniej ATP Challenger w Poznaniu POLSAT SPORT 3
16.00 Mecz finałowy gry podwójnej

SO Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 2
17.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

ND Turniej WTA w Berlinie CANAL+ SPORT 2
12.00 Mecz finałowy gry pojedynczej

ND Turniej ATP w Halle POLSAT SPORT 2
15.30 Mecz finałowy gry pojedynczej

PO Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
11.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
Świątek

PO Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
13.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
Świątek

PO Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej
Świątek

WT Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
11.00 Mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej

WT Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
13.00 Mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej

WT Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
15.30 Mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej

WT Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecze 1. i 2. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
11.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
13.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
15.30 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ŚR Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej ATP na Majorce POLSAT SPORT 2
11.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

CZ Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
11.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

CZ Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1
12.00 Eliminacje
Reprezentanci Polski

CZ Turniej ATP na Majorce POLSAT SPORT 2
13.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

CZ Turniej ATP w Eastbourne POLSAT SPORT 3
13.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

CZ Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
13.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

CZ Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1
14.00 Eliminacje
Reprezentanci Polski

CZ Turniej ATP na Majorce POLSAT SPORT 2
15.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

CZ Turniej ATP w Eastbourne POLSAT SPORT 3
15.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

CZ Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
15.30 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

CZ Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
17.00 Mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

PT Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1
12.00 Eliminacje
Reprezentanci Polski

PT Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
13.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

PT Turniej ATP w Eastbourne POLSAT SPORT 3
13.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

PT Turniej Wimbledon POLSAT SPORT 1
14.00 Eliminacje
Reprezentanci Polski

PT Turniej ATP na Majorce POLSAT SPORT 2
15.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

PT Turniej WTA w Bad Homburg CANAL+ SPORT 2
15.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

PT Turniej ATP w Eastbourne POLSAT SPORT 3
15.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

PT Turniej ATP na Majorce POLSAT SPORT 2
17.00 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

ŻUŻEL

SO Grand Prix Polski EUROSPORT 3
14.00 Kwalifikacje

SO Grand Prix Polski EUROSPORT 3
18.30 Stadion Olimpijski we Wrocławiu

ND Metalkas 2. Ekstraliga CANAL+ SPORT 5
12.30 Mecz: Moonfin Malesa Ostrów Wlkp. – Cellfast Wilki Krosno

ND Metalkas 2. Ekstraliga CANAL+ SPORT 5
15.00 Mecz: Abramczyk Polonia Bydgoszcz – INNPRO ROW Rybnik

ND PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
16.45 Mecz: Stelmet Falubaz Zielona Góra – Betard Sparta Wrocław

ND PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
19.15 Mecz: PRES Grupa Deweloperska Toruń – ORLEN OIL Motor Lublin

CZ Metalkas 2. Ekstraliga CANAL+ SPORT 5
18.30 Mecz: ROW Rybnik – Orzeł Łódź

PT PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT; CANAL+ SPORT 5
17.30 Mecz: PRES Grupa Deweloperska Toruń – Włókniarz Częstochowa

PT PGE Ekstraliga CANAL+ SPORT
20.00 Mecz: Betard Sparta Wrocław – BAYERSYSTEM GKM Grudziądz

SERIAL FANTASY

RÓD SMOKA 3

Czas na kolejny sezon epickiej sagi rodu Targaryenów, rozgrywającej się 200 lat przed wydarzeniami z „Gry o tron". Tym razem Westeros stawi czoła jednej z najbardziej zaciekłych bitew w historii – między Zielonymi a Czarnymi – dwiema frakcjami Targaryenów walczących o Żelazny Tron po śmierci króla Viserysa I. Czas pokaże, na czyją stronę przeważy szala zwycięstwa – sprzymierzeńców Rhaenyry (Emma D'Arcy) czy Aegona II (Tom Glynn-Carney)? W tych rozgrywkach o władzę Daemon Targaryen (Matt Smith) będzie musiał zmierzyć się z konsekwencjami swoich wyborów oraz lojalnością wobec Rhaenyry.

HBO max → PREMIERA 22.06

SERIAL DRAMATYCZNY

THE BEAR 5

Po tym jak Carmy (Jeremy Allen White) podjął najtrudniejszą decyzję w swoim życiu i rzucił gastronomię, restauracja trafiła w ręce Sydney (Ayo Edebiri), Richiego (Ebon Moss-Bachrach) i Natalie (Abby Elliott). W ostatnim sezonie serialu skazani sami na siebie, w obliczu bankructwa i sprzedaży lokalu, Adamu, Sugar i Jerimovich podejmują się rozpaczliwej próby zdobycia gwiazdki Michelin. Tymczasem nad Chicago nadciągają katastrofalne w skutkach opady deszczu, a zespół The Bear musi stanąć na wysokości zadania i stworzyć dania idealne.

Disney+ → PREMIERA 26.06

SERIAL SZPIEGOWSKI

AGENCJA 2

Martian (Michael Fassbender), działający pod przykrywką agent CIA, staje przed najtrudniejszą decyzją w swojej szpiegowskiej karierze. Bliska jego sercu Samia (Jodie Turner-Smith) zostaje bowiem aresztowana i umieszczona w więzieniu w Sudanie. Uwolnienie kobiety okaże się jednym z najbardziej karkołomnych zadań Martiana. Przeniknięcie w głąb hermetycznego środowiska skorumpowanej władzy będzie dopiero początkiem wyzwań. Aby ocalić Samię, mężczyzna będzie musiał posunąć się do złamania wszelkich reguł, a co najważniejsze, do zdrady własnego kraju.

sky SHOWTIME → PREMIERA 22.06

SERIAL FANTASY

AVATAR: OSTATNI WŁADCA WIATRU 2

Aang, po słodko-gorzkim zwycięstwie i uratowaniu Północnego Plemienia Wody, musi wyruszyć na kolejną misję. Razem z ostatnią władczynią - Katarą (Kiawentiio) i jej bratem Sokką (Ian Ousley) Aang przegrupowuje siły i starannie przygotowuje podróż, aby dotrzeć do niedostępnego Króla Ziemi Kuei (Justin Chien). Tylko on jest w stanie bowiem pomóc Aangowi w walce ze straszliwym Władcą Ognia, Ozai (Daniel Dae Kim). Do obsady 2. sezonu dołącza m.in. Miya Cech, która wciela się w postać Toph Beifong, niewidomej mistrzyni magii ziemi.

NETFLIX → PREMIERA 25.06

KOMEDIA

KOPNIĘCI W CZASIE

Francja, lata 50. Michel Dupuis (Didier Bourdon) ma dobre, spokojne życie. Pracuje w banku, podczas gdy jego żona Hélène (Elsa Zylberstein) zajmuje się domem. Ale kiedy pewnego dnia, na skutek niefortunnego zbiegu okoliczności i porażenia prądem, para przenosi się w czasie do roku 2025, wszystko to, w co do tej pory wierzyli, rozpada się na kawałki. Żyjąca dotychczas w cieniu męża Hélène jest zszokowana, gdy widzi jak żyją przyszłościowe niezależne kobiety. I z każdym dniem zaczyna jej się to coraz bardziej podobać.

CANAL+ → PREMIERA 17.06

FANTASY

AVATAR: OGIEŃ I POPIÓŁ

W trzecim filmie ze słynnej serii Jamesa Camerona, Jake (Sam Worthington) i Neytiri (Zoe Saldaña) muszą zmierzyć się z nowym, przybywającym z Ziemi zagrożeniem. Otóż zamieszkującym Pandorę istotom grozi niszczycielski ogień, który obraca w pył wszystko, co spotyka na swojej drodze. Aby ochronić swych bliskich, Jake i Neytiri, ryzykując wszystko, wyruszają do klanu wojowników zamieszkujących od pokoleń wulkaniczną część Pandory. Ale czy uda im się przekonać ich do tego, żeby zgodzili się zawrzeć sojusz?

Disney+ → PREMIERA 24.06

SERIAL THRILLER SF

SUGAR 2

Wiemy już, kim tak naprawdę jest tajemniczy detektyw działający na terenie Los Angeles, John Sugar (Colin Farrell). Po odnalezieniu ukochanej wnuczki hollywoodzkiego producenta, pochodzący z kosmosu śledczy będzie musiał się skupić na nowej sprawie. Bez śladu zniknie bowiem siostra odnoszącego spektakularne sukcesy boksera. Wszystko skomplikuje się, gdy wyjdzie na jaw, że dochodzenie powiązane jest nie tylko z pewną kryminalną zagadką sprzed lat, ale również z niejednoznaczną przeszłością Sugara i jego pozaziemskim pochodzeniem.

Apple tv → PREMIERA 19.06

KOMEDIA

BRACISZEK

POD REDAKCJĄ JOANNY PASZTELAŃSKIEJ FOT.: MAT. PRASOWE

Mający poważanie w branży zarządzania apartamentami agent nieruchomości (John Cena) przygotowuje się do załatwienia kolejnego intratnego zlecenia. Ale kiedy pewnego dnia w jego idealnie zorganizowanym, komfortowym życiu niespodziewanie pojawia się młodszy brat (Eric André), wszystko staje pod znakiem zapytania. Będący całkowitym przeciwieństwem swojego poukładanego brata ekscentryk jest bowiem jak huragan. Ale to, co początkowo wydaje się katastrofą, z czasem zaczyna pozytywnie wpływać na obu braci.

NETFLIX → PREMIERA 26.06

MUSICAL FANTASY

WICKED: NA DOBRE

Czas powrócić do Krainy Oz na epicki finał historii dwóch najsłynniejszych czarownic-przyjaciółek. Po kłótni z Glindą (Ariana Grande), Elphaba (Cynthia Erivo), okrzyknięta Złą Czarownicą z Zachodu, ukrywa się w lesie Oz, próbując znaleźć dowody przeciwko Czarodziejowi (Jeff Goldblum). Z kolei Glinda, uchodząca za symbol Dobra, zapewnia mieszkańców Oz, że pod rządami Czarodzieja są bezpieczni. W wolnych chwilach Glinda przygotowuje się do ślubu z Fiyero (Jonathan Bailey) i coraz bardziej zadręcza się rozłąką z Elphabą. Ale czy pojednanie jest jeszcze możliwe?

SkyShowtime → PREMIERA 20.06

SERIAL KOMEDIOWY

LIFE, LARRY AND THE PURSUIT OF UNHAPPINESS

Prezydent Obama i jego żona Michelle chcieli uczcić 250. rocznicę powstania Ameryki i wyjątkową historię narodu,... I wtedy zadzwonił znany z „Pohamuj entuzjazm" czy „Kronik Seinfielda" komik Larry David, który namówił parę prezydencką, by zostali producentami serialu. W tej wyjątkowej produkcji Larry David z przymrużeniem oka pokazuje amerykańską historię i obala krążące od lat mity. W każdym z siedmiu odcinków pojawiają się wielkie nazwiska, m.in. Abraham Lincoln (Bill Hader) oraz bracia Wright (Jon Hamm i Sean Hayes).

HBO max → PREMIERA 24.06

CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ? CZYTAJ NETFILM

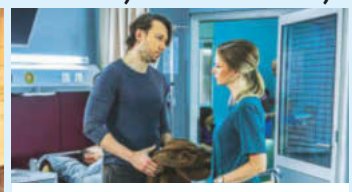
20.15 TVN → **Krzysztof zgadza się, by Marcelina obbyła staż w redakcji. Jej opiekunką ma być Sandra. Gwiazda zaczyna panikować.**

Na Wspólnej

OBYCZAJOWY PO Andrzej chce wycofać się ze sprzedaży fałszywych dyplomów. Włodek szykuje się do wyjazdu do Hiszpanii po Marię. **WT** Hofferowie z entuzjazmem prowadzą bar Ziębów. Anka odsuwa się od Igora. Jest zraniona po tym, jak partner uwierzył w kłamstwa Julki. **ŚR** Remek i Brygida wyznaczają ślub za dwa tygodnie. Ojciec rozmawia z Danielem. Mówi, że planuje wrócić do Warszawy. **CZ** Mieszkańcy Wspólnej skarżą się na zapachy z tamtejszego lokalu. Ktoś uszkodził wentylację. Tymczasem Smolny przydziela żonie prezesa Gwiazdy staż pod opieką Sandrys.

HD POLSKA 2026 ▶35 min

ŚLUBNE PERYPETIE
Remek domyśla się, że Jolanta ukradła biżuterię jego rodziców. Przekłada więc ślub z Brygidą.



16.50 TVN

Szpital św. Anny

OBYCZAJOWY

PO Zyta spotyka swoją dawną pacjentkę, która może mieć nawrót białaczki. Zosia zajmuje się nastolatkiem wymagającym operacji kręgosłupa. **WT** Internetowy prześladowca wciąż grozi Marcie śmiercią. Ratownicy przyjmują zgłoszenie od starszej kobiety, która upadła w parku. **ŚR** Kaśka otrzymuje gratulacje za odczyt na sympozjum. Ratownicy udają się do uczestnika bójki, który doznał ciężkiego urazu. **CZ** Zosia żegna się z zespołem SOR-u przed wyjazdem do Berlina. Do ekipy dołącza Bilewicz. **PT** Matka Tomka oferuje Marcie pomoc w schwytaniu prześladowcy. Zosia i Filip są gotowi do przeprowadzki.

HD POLSKA 2025 ▶65 min

19.00 TV PULS

Lombard. Życie pod zastaw 18

OBYCZAJOWY PO Rozwiedziony Adam umawia się z dziewczyną poznaną na siłowni. Jest zawiedziony, gdy odkrywa, że spotyka się ona z trenerem. **WT** Ziutek wraca z Zakopanego. Odwiedza lombard z Omarem oraz jego rodziną z Kataru. **ŚR** Izabela nie potrafi pogodzić się z tym, że jej syn może być w spektrum autyzmu i stanowi zagrożenie dla otoczenia. **CZ** Asia zrezygnowała z kariery architektki, by zajmować się synem, a także domem. Mąż ogranicza jej dostęp do pieniędzy. **PT** Emerytka Danusia chce zapewnić szczęście wnukowi. Wpada na pomysł, jak odzyskać zaległe alimenty od zaniedbującego go ojca.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

8.50 TVP 1

Ranczo 5

OBYCZAJOWY

SO, PO-CZ Lucy zachęca kobiety z całej gminy do ćwiczeń tai chi. Ksiądz nie jest zachwycony tym pomysłem. Dwaj niemieccy policjanci mają w Wilkowyjach odbywać staż w ramach unijnej wymiany. Stasiek obawia się reakcji miejscowej ludności.

HD POLSKA 2011 ▶55 min

9.45 TVP 1

Komisarz Alex 6

KRYMINALNY

SO, PO-PT Na śmietniku zostają znalezione zwłoki dawnego przyjaciela Puchały. Funkcjonariusz przysięga, że odnajdzie zabójcę. Tymczasem Orlicz i jego współpracownicy otrzymują wezwanie na miejsce zabójstwa w parku niedaleko muzeum.

HD POLSKA 2014 ▶55 min

19.25 TVP 2

Rodzinka.pl

KOMEDIOWY

SO Ludwik stara się naprawić relacje z Adelą. Natalia próbuje nakłonić męża do wspólnego joggingu. Majka robi wszystko, by nie iść do szkoły. Podczas uroczystego rodzinnego obiadu dochodzi do niezręcznej sytuacji. Pomiędzy gośćmi panuje milczenie.

HD POLSKA 2025 ▶35 min

21.00 HBO

Miniaturowa żona

KOMEDIOWY

PO Błyskotliwy naukowiec Les Littlejohn prowadzi badania nad miniaturyzacją przedmiotów. Pech chce, że jego najnowszy wynalazek wpada w ręce żony, Lindy, co ma fatalne skutki. Kobieta przypadkowo uruchamia urządzenie i ulega zmniejszeniu.

HD USA 2026 ▶45 min

NIE PRZEGAP!

20.10 ALE KINO+

Zbrodnie w Ystad

KRYMINALNY

ND Iris próbuje samotnie zmierzyć się z traumą po śmierci Christiana. Gdy wraca ze Sztokholmu, dowiaduje się, że śledztwo dotyczące zaginięcia Benjamina zostało już zamknięte.

HD NIEMCY/SZWECJA 2023 ▶125 min

20.00 HBO

Ród smoka 3

FANTASY

PO W królestwie Westeros trwa wojna domowa. Ród Targaryenów wikła się w bratobójczy konflikt o sukcesję po królu. Do walki stają Rhaenyra, u boku której stroi Daemon, i jej przyrodni brat.

HD USA 2026 ▶60 min

22.05 AXN

FBI: Most Wanted 4

KRYMINALNY PO Zespół współpracuje z FBI z Minnesoty przy poszukiwaniach porwanej czternastolatki z Minneapolis. Śledztwo w zwartej społeczności somalijskiej utrudnia nieufność wobec władz.

HD USA 2022 ▶55 min

21.05 AXN

Rekrut 8

KRYMINALNY

WT Harper i Miles zostają partnerami. Razem zatrzymują samochód, w którym znajduje się dwóch rannych złodziei. Nolan i Celina badają zgłoszenie napadu na planie programu „Game Changer".

HD USA 2026 ▶115 min

OD 20 DO 26 CZERWCA 2026

19.00 TV 4 Policjantki i Policjanci

OBYCZAJOWY **PO** Stróże prawa przyjeżdżają do pani Joanny, którą napadnięto i uwięziono w jej własnym domu. Białach martwi się o Olę. **WT** Lena i Bartosz podczas rutynowej kontroli zatrzymują zdenerwowanego kierowcę. W busie odkrywają ludzkie szczątki. **ŚR** Marek i Daria badają sprawę ulicznej strzelaniny, w której ranna zostaje dziewczyna. **CZ** Tymon zauważa nastolatka, który traci przytomność po ataku padaczki i wymiotach. Objawy sugerują zażycie narkotyków. **PT** Patrol otrzymuje zgłoszenie o porwaniu chłopca z domu dziecka. Lena i Bartosz rozmawiają z jego kolegą.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

19.25 TVP 2 Barwy szczęścia

OBYCZAJOWY

ŚR Łukasz przygotowuje się do spotkania z czytelnikami. Współpracuje też z Celiną przy sprawie dotyczącej małżeńskiej zdrady. Asia stanowczo protestuje, kiedy Daniel zamierza zabrać Emila na quady. **CZ** Hubert i Jaworski ustalają plan walki o Zaciszną. Dołącza do nich Lucyna. Justin odkrywa, że Bruno odwołał niemal wszystkie zaplanowane w hotelu imprezy. Wraz z Kępskim stara mu się przeciwstawić. **PT** Łukasz spotyka się z czytelnikami. Następnie spędza z Celiną namiętny wieczór. Karol zostaje zaatakowany w szpitalu przez pacjenta. Po kilku godzinach Hubert przekazuje Darkowi tragiczne wieści.

HD POLSKA 2026 ▶40 min

20.00 TV 4 Uroczysko

KRYMINALNY

PO Na dnie łodzi rybaka ktoś ukrył zwłoki. Policjanci muszą zweryfikować, czy zmarły to zaginiony motocyklista. **WT** Funkcjonariusze prowadzą dochodzenie w jednym z gospodarstw, które służy za plener rzeźbiarski. W stodole odkryto ciało mężczyzny z przebitym sercem. **ŚR** Magik zabija podczas występu asystentkę. Śledczy nie wykluczają, że był tylko narzędziem w rękach mordercy. Przełom w sprawie następuje po rozmowie z siostrą denatki. **CZ** W pobliżu wypożyczalni kajaków znaleziono martwą kobietę. Stróże prawa dociekają, co wczesnym rankiem robił na miejscu zbrodni pewien młody mężczyzna.

HD POLSKA 2025 ▶30 min

22.20 TVP 2 Na sygnale

FABULAR.-DOKUM.

PO Banach ratuje kobietę rażoną prądem. Lekarz przypadkiem wpada na Wawrzyńca. Okazuje się, że senior prowadzi całkiem wygodne życie. Klis odkrywa, że Nowy pocałował Britney. Podejmuje zdecydowane kroki. **WT** Ekipa Alka i Romka zajmuje się mężczyzną w stanie psychozy, który ma zapalenie płuc i się okaleczył. Tymczasem Dobromir spotyka w szpitalu swojego wuja, Piaseckiego. **ŚR** Pomocy ratowników potrzebuje nastolatek cierpiący na dziecięce porażenie mózgowe, który został ranny w wypadku samochodowym. W ośrodku dla ofiar przemocy dochodzi do zbiorowego zatrucia.

HD POLSKA 2026 ▶65 min

21.05 TV 4 Sprawiedliwi. Trójmiasto

KRYMINALNY **PO-CZ** Na śmietniku zostaje znalezione ciało kuratorki sądowej. Policjanci podejrzewają motyw związany z pracą. Nad jeziorem odkryto ciało właściciela ubojni. Dąbek i Gzymski ustalają, że denat wykorzystywał i źle traktował nielegalnych imigrantów.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

22.00 TV 6 Czarna lista

KRYMINALNY

PO-CZ Coraz częściej dochodzi do porwań małych dzieci. Red informuje Liz o istnieniu nielegalnej organizacji. Ponieważ ona i Tom także myślą o powiększeniu rodziny w ten sposób, kobieta postanawia za wszelką cenę odnaleźć dyrektora placówki.

USA 2013 ▶60 min

22.05 TV 4 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny

KRYMINALNY **PO-CZ** Bolesław pojawia się w programie poświęconym seryjnemu mordercy którego niegdyś pomógł schwytać. Podczas emisji anonimowy widz telefonicznie sugeruje, że mężczyzna jest niewinny. Paulina i Ryszard badają sprawę porwania Ukrainki.

HD POLSKA 2026 ▶60 min

20.30 TVP 1 Prokurator

KRYMINALNY

WT W Muzeum Powstania Warszawskiego wycieczka odkrywa zwłoki mężczyzny przebranego w mundur SS. Denat to marszand, który odzyskał wiele dzieł sztuki zagrabionych w czasie II wojny światowej. W domu ofiary Proch dokonuje ciekawego odkrycia.

HD POLSKA 2015 ▶55 min

21.00 HBO Ta inna siostra Bennet

HISTORYCZNY **WT** Mary Bennet wyróżnia się na tle swoich sióstr intelektem i ciekawością świata, ale brakuje jej urody. Ma nadzieję zyskać aprobatę rodziny podczas swojego pierwszego balu.

HD WIELKA BRYTANIA 2026 ▶30 min

21.05 AXN Zabójcza broń 3

SENSACYJNY

ŚR Murtaugh prowadzi śledztwo w sprawie zabójstwa. Zaczyna podejrzewać, że być ono związane z zawodową propozycją, którą otrzymała Trish. Miałaby prowadzić proces u boku Leo Getza.

HD USA 2018 ▶110 min

20.30 TVP 1 Ojciec Mateusz 27

KRYMINALNY

CZ Niepokój policjantów wzbudza dziwne zachowanie Możejki. Przełożony nie reaguje na przywitanie i mówi wyłącznie po hiszpańsku. Nocul i Gibalski postanawiają zabrać Oresta do lekarza.

HD POLSKA 2022 ▶55 min

21.05 AXN Agenci NCIS 20

SENSACYJNY

CZ Knight zyskuje rozgłos, gdy nagranie z jej akcji ratunkowej obiega internet. Sprawa przybiera poważny obrót. Wychodzi na jaw, że kobieta mogła być celem ataku. Zespół rozpoczyna dochodzenie.

HD USA 2022 ▶50 min

Warto zobaczyć

12.50 TV 4
Dziś 13, jutro 30
KOMEDIA ROMANTYCZNA Zakompleksiona nastolatka Jenna marzy o tym, aby jak najszybciej dorosnąć. Jej życzenie nieoczekiwanie się spełnia. *Reż.: Gary Winick, A: Jennifer Garner, Mark Ruffalo, Judy Greer USA 2004* **125 min ► do godz. 14.55**

13.25 POLSAT
Pan i władca: Na krańcu świata
PRZYGODOWY Kapitan Aubrey ściga francuski okręt. Nie zamierza się poddać. Stawia na szali życie załogi i dobre imię. *Reż.: Peter Weir, A: Russell Crowe, Paul Bettany, James D'Arcy USA 2003* **200 min ► do godz. 16.45**

13.55 STOPKLATKA
SexiPistols
WESTERN KOMEDIOWY Wysłannicy banku przejmują za bezcen ziemie pod budowę linii kolejowej. Z wyzyskiem walczą Sara i Maria. *Reż.: Joachim Roenning, Espen Sandberg, A: Penélope Cruz, Salma Hayek Fr./Meksyk/USA 2006* **115 min ► do godz. 15.50**

16.25 TVN
Indiana Jones i ostatnia krucjata
PRZYGODOWY Odważny archeolog musi uwolnić swojego ojca z rąk nazistów i odnaleźć Świętego Graala. *Reż.: Steven Spielberg, A: Harrison Ford, Sean Connery, Denholm Elliott USA/Wł./Hiszp. 1989* **155 min ► do godz. 19.00**

17.15 TVN 7
Kosmiczni kowboje
SCIENCE FICTION Rosjanie proszą Amerykanów o pomoc w naprawie satelity. Znający obiekt emeryt Frank wraz z kolegami rusza w kosmos. *Reż.: Clint Eastwood, A: Clint Eastwood, Tommy Lee Jones, James Garner USA 2000* **165 min ► do godz. 20.00**

17.15 PULS 2
Bileciki do kontroli
KOMEDIA Kontroler Sébastien dostaje awans. Ostatniego dnia pracy musi zmierzyć się m.in. z inspektorką i ciężarną pasażerką. *Reż.: Olivier Van Hoofstadt, A: Artus, Elsa Zylberstein, Maël Rouin Berrandou Francja/Belgia 2023* **105 min ► do godz. 19.00**

20.00 KINO POLSKA
Orzeł. Ostatni patrol
WOJENNY Maj 1940 roku. Okręt podwodny dowodzony przez kapitana Grudzińskiego rusza na Morze Północne. W załodze narastają konflikty. *Reż.: Jacek Bławut, A: Tomasz Ziętek, Mateusz Kościukiewicz Polska 2022* **130 min ► do godz. 22.10**

21.00 C+ PREMIUM
Spalę was wszystkich
HORROR María pogrąża się w rozpaczy po stracie syna, który odebrał sobie życie. Wkrótce w miasteczku dochodzi do przerażających zdarzeń. *Reż.: David Hebrero, A: Macarena Gómez, Sofía García, Rodolfo Sancho Hiszpania 2021* **115 min ► do godz. 22.55**

→ filmowe hity

Robert i jego syn mają szansę wspólnie celebrować posiłki. Nie obywa się bez spięć.

19.50 TVN

Włoskie wakacje

KOMEDIA Pobyt w malowniczej Italii staje się okazją do odnowienia zerwanych relacji.

HIT DNIA Jack nie ma silnej więzi z ojcem, Robertem. Rozmawia z nim raz na kilka miesięcy. Niespodziewanie potrzebuje dużej sumy pieniędzy, zamierza bowiem odkupić galerię sztuki należącą do teściów. Znajduje pewne rozwiązanie. Namawia ojca do sprzedaży rodzinnej willi położonej w malowniczej Toskanii. Na miejscu mężczyźni przekonują się, że dom przypomina raczej ruinę niż posiadłość z ich wspomnień. By znaleźć kupca, muszą najpierw odnowić budynek. Z założenia krótki wyjazd przeradza się w długie zagraniczne wakacje. Mężczyźni mają okazję poznać się na nowo i porozmawiać o trudnych doświadczeniach z przeszłości. Nie brakuje konfliktów, a remont byłby skazany na niepowodzenie, gdyby nie pomoc lokalnej społeczności, między innymi restauratorki Natalii. **HD 115 min ► do godz. 21.45**

Wlk. Bryt./Wł. 2020 **Reż.:** James D'Arcy **Wyst.:** Liam Neeson, Micheál Richardson, Valeria Bilello, Lindsay Duncan

20.00 TVP KULTURA
Żona
OBYCZAJOWY Pisarz Joe (Jonathan Pryce) dowiaduje się, że dostanie Nobla. Wraz z żoną Joan (Glenn Close), synem i dziennikarzem wyrusza do Szwecji. Wspólna podróż zmusi rodzinę do rozliczenia się z przeszłością.
Reż.: Björn Runge Wyst.: Christian Slater USA 2017 **HD 110 min ► do godz. 21.50**

20.00 TV PULS
Uprowadzona
SENSACYJNY Były agent Bryan Mills (Liam Neeson) rusza do Paryża, by ratować córkę. Nastolatkę porwał gang Albańczyków handlujących żywym towarem. Bandyci polują na turystki, by później zmuszać je do prostytucji.
Reż.: Pierre Morel Wyst.: Maggie Grace Francja 2008 **HD 115 min ► do godz. 21.55**

20.00 HBO
Istoty fantastyczne
KOMEDIODRAMAT Bea (Cailey Fleming) słyszy zagadkowy hałas. Gdy dostrzega animowaną postać, mdleje z emocji. Budzi się w mieszkaniu sąsiada. Dostaje misję ratowania niezwykłych stworzeń.
Reż.: John Krasinski Wyst.: Ryan Reynolds USA 2024 **HD 105 min ► do godz. 21.45**

22.40 STOPKLATKA
Ostatni rycerze
PRZYGODOWY Bartok (Morgan Freeman), władca królestwa wchodzącego w skład imperium, ginie za sprawą skorumpowanego carskiego ministra. Wierny mu dowódca postanawia wziąć odwet. Przygotowuje plan.
Reż.: Kazuaki Kiriya Wyst.: Clive Owen USA 2015 **HD 140 min ► do godz. 1.00**

22.50 POLSAT
Szybcy i wściekli 6
SENSACYJNY Hobbs składa Dominicowi (Vin Diesel), Brianowi (Paul Walker) i ich towarzyszom kuszącą ofertę. Mogą zostać uwolnieni od ciążących na nich zarzutów. W zamian mają rozbić gang.
Reż.: Justin Lin Wyst.: Dwayne Johnson USA 2013 **HD 165 min ► do godz. 1.35**

23.00 TVP 2
Wszystko albo nic
KOMEDIA ROMANTYCZNA Linda (Tatiana Pauhofová) prowadzi z przyjaciółką (Klára Issová) niewielką księgarnię. Pewnego dnia ta pierwsza poznaje dewelopera Jakuba. Okazuje się, że nie jest on tym, za kogo się podaje.
Reż.: Marta Ferencová Wyst.: Michał Żebrowski Czechy/Pol. 2017 **HD 115 min ► do godz. 0.55**

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

→ filmowe hity

Niesłusznie oskarżony o akt terroru Michael nawiązuje współpracę z asem wywiadu.

20.00 TVN 7

Dzień Bastylii

SENSACYJNY We francuskiej stolicy dochodzi do zamachu. Podejrzenia padają na młodego kieszonkowca.

HIT DNIA

Paryż. Michael kradnie torbę. Zabiera z niej pieniądze i dokumenty, a resztę zawartości wyrzuca do kosza na śmieci na stacji metra. Kilka sekund później dochodzi do eksplozji. Giną cztery osoby. Nagranie z monitoringu ujawnia twarz złodziejaszka. Policja, uznając chłopaka za terrorystę, rozpoczyna poszukiwania. Zatrzymuje go agent Briar. Na przesłuchaniu Michael wyjaśnia mu nieporozumienie i przekonuje, że za zamachem stoi ktoś inny. Obaj łączą siły, żeby odnaleźć prawdziwych sprawców tragedii. HD 120 min ▶ do godz. 22.00

Wlk. Bryt./Francja/USA/Luksemburg 2016 **Reż.:** James Watkins **Wyst.:** Idris Elba, Richard Madden, Charlotte Le Bon

→ sport

4.50 TVP 2

Turcja – Paragwaj

PIŁKA NOŻNA LIVE Drużyna znad Bosforu tuż przed mundialem pokonała w sparingu inną ekipę z Ameryki Południowej, Wenezuelę (2:1). Paragwaj jest od niej silniejszy. Arda Güler i spółka muszą być więc gotowi na trudną przeprawę w tym meczu w Santa Clarze. HD 160 min ▶ do godz. 7.30

11.45 POLSAT SPORT 1

Holandia – Polska

SIATKÓWKA LIVE Kolejny mecz Polek w turnieju Ligi Narodów w Bangkoku. Jeśli zagrają w nim tak solidnie jak 5 czerwca z Serbkami w Nankinie (3:2), będą miały duże szanse na trzecią z rzędu wygraną z ekipą Pomarańczowych. HD 135 min ▶ do godz. 14.00

→ rozrywka

19.55 POLSAT

Neo-Nówka. XX-lecie

SATYRA Przypomnienie największych hitów popularnego kabaretu z Wrocławia, który bawi publiczność od ponad dwóch dekad. Roman Żurek, Radek Bielecki i Michał Gawliński zaprezentują skecze w nowych wersjach, m.in. „Niebo". HD 175 min ▶ do godz. 22.50

20.45 C+ KUCHNIA

Kulisy wielkiej kuchni

KULINARIA Wizyta w restauracji JAAN, która znajduje się na 70. piętrze hotelu Swissôtel w Singapurze. Szef kuchni Kirk Westaway zdradza, co serwuje gościom i prezentuje swoje popisowe dania. HD 55 min ▶ do godz. 21.40

21.55 TV PULS

Bodyguard i żona zawodowca

KOMEDIA SENSACYJNA Ochroniarz Bryce (Ryan Reynolds) postanawia odpocząć od ryzykownej profesji. Urlop przerywa mu Sonia, której mąż, płatny zabójca (Samuel L. Jackson), wpadł w ręce mafii.

Reż.: Patrick Hughes Wyst.: Salma Hayek USA/Fr. 2021 HD 135 min ▶ do godz. 0.10

22.00 TVN 7

Liga Sprawiedliwości

PRZYGODOWY Ziemi zagraża armia dowodzona przez bezwzględnego Steppenwolfa. Batman (Ben Affleck) i Wonder Woman (Gal Gadot) wraz z sojusznikami stają do walki z wrogiem.

Reż.: Zack Snyder Wyst.: Henry Cavill, Ezra Miller USA/Kan. 2017 HD 150 min ▶ do godz. 0.30

18.50 TVP 1

Holandia – Szwecja

PIŁKA NOŻNA LIVE Mecz mundialowej grupy F. Zarówno Holendrzy, jak i Szwedzi przed turniejem nie pokazali się z najlepszej strony. Oranje ulegli Algierii 0:1, a Skandynawowie przegrali z Norwegią 1:3 i tylko zremisowali z Grecją 2:2. HD 165 min ▶ do godz. 21.35

21.45 TVN

Wianki nad Wisłą. Miasto gra

KONCERT Wydarzenie odbędzie się pod hasłem: „Miasto gra – muzyka, miłość, marzenia". Wystąpią między innymi Bajm, Katarzyna Nosowska, Natalia Przybysz oraz Margaret. Poprowadzi Jan Pirowski. HD 115 min ▶ do godz. 23.40

23.00 C+ PREMIUM

Anora

KOMEDIODRAMAT Ivan (Mark Eydelshteyn), syn rosyjskiego oligarchy, pod wpływem impulsu żeni się z tancerką erotyczną (Mikey Madison). Naraża się przez to rodzinie, która zrobi wszystko, by anulować małżeństwo.

Reż.: Sean Baker Wyst.: Yura Borisow USA 2024 HD 135 min ▶ do godz. 1.15

23.40 TVN

Podwodna pułapka 2: Labirynt śmierci

THRILLER Mia (Sophie Nélisse) odwiedza z koleżankami zatopione miasto Majów. W starożytnych ruinach żerują rekiny. Kobiety walczą o życie w labiryncie krętych tuneli.

Reż.: Johannes Roberts Wyst.: Corinne Foxx USA 2019 HD 105 min ▶ do godz. 1.25

21.50 TVP 1

Niemcy – Wybrzeże Kości Słoniowej

PIŁKA NOŻNA LIVE Iworyjczycy tuż przed MŚ pokazali moc. Ograli bowiem Francuzów 2:1. Dziś spróbują zaskoczyć inną potęgę. Okaże się, czy Niemcy potwierdzą w turnieju formę prezentowaną w sparingach. HD 160 min ▶ do godz. 0.30

→ dokument

11.55 TVP KULTURA

Londyn – stolica kontrastów

REPORTAŻ Uczennica szkoły mody przybliży ekscentryczną stronę stolicy Wielkiej Brytanii. Widzowie przekonają się, jak dziś wygląda bunt młodych Londyńczyków. HD 75 min ▶ do godz. 13.10

TVP 1 HD DVB-T2

5.50 **Słownik polsko@polski** (668) – talk-show prof. Jana Miodka
6.20 **Balans bieli** – program religijny
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.40 **Rok w ogrodzie** (1170) – mag.
8.05 **Rok w ogrodzie extra** (443) – magazyn
8.20 **Pełnosprawni** (657) – mag.
8.50 **Ranczo 5** (61) – serial obyczajowy, Polska 2011
9.45 **Komisarz Alex 6** (70) – serial kryminalny, Polska 2014
10.40 **Ojciec Mateusz 14** (178) – serial kryminalny, Polska 2015
11.35 **Natura w Jedynce: Mali mieszkańcy Półwyspu Iberyjskiego** (3) – serial dokum.
13.00 FILM **Gwiazdy w południe: Powrót siedmiu wspaniałych** – western, USA/Hiszpania 1966, reż. Burt Kennedy, wyk. Robert Fuller, Emilio Fernández, Yul Brynner, Julián Mateos, 105 min
14.45 **Okrasa łamie przepisy** – mag.
15.20 **Rozmowy na medal** (2) – mag.
16.00 **Dziedzictwo** (954) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.35 **Rolnik szuka żony 12** (3) – telenowela dokum., Polska 2025
18.40 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio

TVP 2 HD DVB-T2

4.30 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio
4.50 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy D: Turcja – Paragwaj
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.25 **Górna półka smaku** (8) – magazyn kulinarny
12.00 **Zmiennicy** (3): Dziewczyna do bicia – serial komediowy, Polska 1986
13.05 **Panna młoda** (125) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** (1866) – teleturniej
15.15 **Szansa na sukces. Opole 2026** (7): Ich Troje – widowisko
16.15 **Festiwal Zaczarowanej Piosenki – koncert finałowy** (1) – koncert
17.20 **Panna młoda** (126) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 **Va banque** (995) – teleturniej
18.45 **Wyższa Szkoła Jazdy** (3) – magazyn motoryzacyjny
19.10 **Słowo na niedzielę**
19.25 **Rodzinka.pl** (295): Czasznica – serial komediowy, Polska 2025 Ludwik stara się naprawić relacje z Adelą. Majka robi wszystko, by nie iść do szkoły.

POLSAT HD DVB-T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.00 **halo tu polsat** – magazyn
11.20 FILM **Dziennik cwaniaczka 3** – komedia, Kanada/USA 2012, reż. David Bowers, wyk. Zachary Gordon, Steve Zahn, Robert Capron, Devon Bostick, 125 min
13.25 FILM **Pan i władca: Na krańcu świata** – dramat przygodowy, USA 2003, reż. Peter Weir, wyk. Russell Crowe, Paul Bettany, James D'Arcy, Edward Woodall, 200 min Czasy wojen napoleońskich. Angielski kapitan Aubrey ma powstrzymać francuską jednostkę Acheron. Jego okręt zostaje uszkodzony podczas bitwy, ale Brytyjczyk nie zamierza się poddawać. Po remoncie statku kontynuuje pościg za wrogiem.
16.45 FILM **8 rzeczy, których nie wiecie o facetach** – komedia romantyczna, Polska 2022, reż. Sylwester Jakimow, wyk. Alicja Bachleda-Curuś, Mikołaj Roznerski, Maciej Zakościelny, Zbigniew Zamachowski, 125 min
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Prezydenci i premierzy** (456) – program publicystyczny
19.36 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB-T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1674) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Pogromcy chaosu** (7) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.30 **Na Wspólnej** (4228-4231) – serial obyczajowy, Polska 2026
13.30 **Młode gliny** (4) – serial kryminalny, Polska 2026
14.35 FILM **Mała Wielka Stopa 2: W rodzinie siła** – film animowany, Belgia/Francja 2020, reż. Jeremy Degruson, 110 min Adam rusza na misję ratunkową. Z pomocą rodziny i przyjaciół musi pokonać intruzów, odnaleźć zaginionego tatę i ocalić rezerwat.
16.25 FILM **Indiana Jones i ostatnia krucjata** – film przygodowy, USA/Włochy/Hiszpania 1989, reż. Steven Spielberg, wyk. Harrison Ford, Sean Connery, Denholm Elliott, Alison Doody, 155 min Indiana Jones wyrusza na poszukiwania Świętego Graala. Musi zdobyć fragment płyty, na której wyryto informację o miejscu jego ukrycia.
19.00 **Fakty**
19.25 **Wianki nad Wisłą. Miasto gra** (1) – koncert
19.30 **Sport, pogoda**

PIŁKA NOŻNA

18.50 LIVE **Mistrzoś 2026:** mecz grupy F: Holandia – Szwecja

Pogromcy Polaków w barażach zagrają w Houston z Pomarańczowymi, którzy w eliminacjach MŚ dwukrotnie zremisowali z Biało-Czerwonymi. Za faworytów uchodzą Holendrzy. Muszą jednak uważać zwłaszcza na duet Viktor Gyökeres – Alexander Isak.

21.35 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio
21.50 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026 – mecz: Niemcy – Wybrzeże Kości Słoniowej Jedyne dotąd spotkanie Niemców ze Słoniami odbyło się w 2009 roku i zakończyło się remisem 2:2.
0.30 FILM **Bez litości** – film sensacyjny, Polska 2002, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Olaf Lubaszenko, Radosław Pazura, Paweł Wilczak, Krzysztof Kolberger, 130 min
2.40 FILM **Kanał tajemnic** – film kryminalny, Francja/Belgia 2020, reż. Julien Zidi, wyk. Annelise Hesme, Aurélien Wiik, 110 min
4.30 **Sprawdzamy** – magazyn
4.55 **Zakończenie**

WIDOWISKO

20.00 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**: Bielsko-Biała

Tegoroczną trasę otworzy koncert na lotnisku w Aleksandrowicach. Wystąpią takie gwiazdy jak Maryla Rodowicz, Michał Szpak, Doda, Izabela Trojanowska, Filip Lato, Big Day, Tabu, Psio Crew i Formacja Nieżywych Schabuff. Kolejne przystanki zaplanowane są w całej Polsce, a finał wakacyjnego cyklu odbędzie się 5 września w Białych Błotach.

22.10 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (2) – talk-show
23.00 FILM **Wszystko albo nic** – komedia romantyczna, Czechy/Słowacja/Polska 2017, reż. Marta Ferencová, wyk. Tatiana Pauhofová, Klára Issová, Michał Żebrowski, Lubo Kostelný, 115 min
0.55 **Rodzinka.pl** (276): Jestem grubo inteligentna – serial komediowy, Polska 2019
1.30 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio
1.50 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy E: Ekwador – Curacao
4.20 **Zakończenie**

ROZRYWKOWY

19.55 **Neo-Nówka. XX-lecie**

Artyści z wrocławskiego kabaretu w 2022 roku obchodzili jubileusz swojej działalności. Roman Żurek, Radek Bielecki i Michał Gawliński zaprezentowali z tej okazji nowe wersje skeczy, które niegdyś zapewniły im popularność. Ponownie rozbawili widzów między innymi „Wigilią" oraz „Niebem".

22.50 FILM **Szybcy i wściekli 6** – film sensacyjny, USA 2013, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Dwayne Johnson, Jordana Brewster, 165 min Dominic Toretto i jego kumple to mistrzowie kierownicy. Po ostatnim skoku muszą się ukrywać. Agent Hobbs oferuje im uwolnienie od zarzutów w zamian za rozbicie gangu kierowców działającego na terenie dwunastu krajów.
1.35 FILM **Gorący towar** – komedia kryminalna, USA 2013, reż. Paul Feig, wyk. Sandra Bullock, Melissa McCarthy, Michael McDonald, Demián Bichir, 160 min
4.15 **Kabaretowa Ekstraklasa** (114) – program rozrywkowy

REKLAMA

19.50 FILM **Włoskie wakacje** – komedia, Wielka Brytania/Włochy 2020, 115 min

HIT DNIA

Jack namawia ojca do sprzedaży rezydencji w Toskanii. Na miejscu obaj przekonują się, że posiadłość przypomina raczej ruinę niż dom z ich wspomnień. By znaleźć kupca, muszą najpierw porządnie go odnowić. Pobyt we Włoszech staje się okazją do odnowienia zerwanych więzi.

21.45 **Wianki nad Wisłą. Miasto gra** (2) – koncert
23.40 FILM **Podwodna pułapka 2: Labirynt śmierci** – thriller, USA/Wielka Brytania 2019, reż. Johannes Roberts, wyk. Sophie Nélisse, Corinne Foxx, Brianne Tju, Sistine Stallone, 105 min
1.25 **Szpital św. Anny** (118) – serial obyczajowy, Polska 2026
2.30 **Wallander** (1) – serial krym., Wielka Brytania/Szwecja/USA 2008, wyk. Kenneth Branagh
4.30 **Uwaga!** – magazyn reporterów
4.45 **Nauka jazdy 5** (5) – program rozrywkowy
5.10 **Recepta na stary dom 4** (1) – program rozrywkowy

P! **Premiera w TV**

TVN 7 HD DVB-T2

5.55 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2 (20) – program rozrywkowy

6.50 Nowe Zwariowane Melodie (30, 31) – serial animowany, USA 2018

7.20 Scooby-Doo – komedia przygodowa, USA/Australia 2002, reż. Raja Gosnell, wyk. Freddie Prinze Jr., Sarah Michelle Gellar, Linda Cardellini, Matthew Lillard, 105 min
FILM
Czwórka przyjaciół wraz z tchórzliwym psem otrzymuje zaproszenie do popularnego letniska zwanego Wyspą Strachów. Jego właściciel uważa, że dochodzi tam do tajemniczych zjawisk.

9.05 Zgłoś remont 11 (3) – program rozrywkowy

10.10 Bitwa o gości (4) – reality show

11.10 Ukryta prawda (1406-1408) – serial paradokumentalny, Polska 2022

14.15 Szpital św. Anny (9, 10) – serial obyczajowy, Polska 2025

16.15 Detektywi (325): Niewierny Miłosz – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026

17.15 Kosmiczni kowboje – film s.f., USA 2000, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Tommy Lee Jones, Donald Sutherland, James Garner, 165 min
FILM
Rosjanie proszą Amerykanów o pomoc w naprawie satelity telekomunikacyjnego zaprojektowanego przed laty przez Franka Corvina. Zostaje on wysłany w kosmos. Towarzyszą mu dawni koledzy.

DRAMAT SENSACYJNY

20.00 Dzień Bastylii – Wielka Brytania/Francja/USA 2016, 120 min
FILM
Paryż. Złodziejaszek Michael kradnie torbę. Nie wie, że jest w niej bomba. Kiedy dochodzi do wybuchu, chłopak zostaje posądzony o atak terrorystyczny. Agent Sean Briar nie daje się zwieść pozorom. Ma dobę na to, by odnaleźć prawdziwych sprawców.

22.00 Liga Sprawiedliwości – film przygodowy, USA/Kanada/Wielka Brytania 2017, reż. Zack Snyder, wyk. Ben Affleck, Henry Cavill, Amy Adams, Gal Gadot, 150 min
FILM
Wonder Woman i Batman tworzą drużynę, której celem jest ochrona planety. Ziemi zagraża atak ze strony budzącej grozę armii pod wodzą Steppenwolfa.

0.30 Matrix Reaktywacja – film s.f., USA 2003, reż. Andy Wachowski, wyk. Keanu Reeves, Carrie-Anne Moss, Laurence Fishburne, Hugo Weaving, 170 min
FILM

3.20 Żyjąc z potworem 8 (9) – serial dokumentalny, USA 2020

4.15 Dorota was urządzi! (7) – program rozrywkowy

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Kobra – oddział specjalny (10-12): Niewłaściwa strona; Śladami ojca; Szefowa – serial sensacyjny, Niemcy 2015
Semir bierze udział w akcji, przyjmując tożsamość Masaada – byłego pracownika tureckiego wojska, a obecnie jednego z najgroźniejszych przestępców w Europie. Dochodzi do wypadku.

9.00 Taki jest świat 11 (25) – program informacyjny

9.25 Boso przez świat: Polowanie – cykl reportaży, Polska 2009
W tym odcinku zobaczymy polowanie na największego węża Ameryki Południowej, relację z łowów na krokodyle i połów zamieszkujących dorzecza Amazonki piranii. Na koniec degustacja mięsa żółwia.

10.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (501, 503, 505, 507, 509) – obycz., Polska 2022
Emilka jest utrzymywana przez Erwina Kłosa. Gdy partner kończy ich związek, dziewczyna musi zdobyć pieniądze na pokój w hotelu i telefon. Trafia do lombardu, gdzie spotyka starego znajomego, Artura. Ten postanawia jej pomóc.

15.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (953-957) – serial obyczajowy, Polska 2026
Osiemnastoletni Kamil ma problemy w relacjach z dziewczynami. Razem z kolegami zaczyna nękać Kasię, która odrzuciła jego zaloty. Sytuacja wymyka się spod kontroli.

SENSACYJNY

20.00 Mocne sobotnie kino: Uprowadzona – Francja 2008, 115 min
FILM
Kim, córka byłego agenta służb specjalnych Bryana Millsa, leci z przyjaciółką do Paryża. Po przybyciu na miejsce telefonuje do domu. W trakcie rozmowy do mieszkania nastolatek włamuje się kilku mężczyzn. Tuż potem połączenie zostaje zerwane. Mills wyrusza do Paryża. Ustala, że dziewczęta uprowadził albański gang handlarzy żywym towarem.

21.55 Bodyguard i żona zawodowca – komedia sensacyjna, USA/Wielka Brytania/Bułgaria 2021, reż. Patrick Hughes, wyk. Ryan Reynolds, Salma Hayek, Samuel L. Jackson, Antonio Banderas, 135 min
FILM
Ochroniarz Bryce wraz z płatnym zabójcą Kincaidem i jego żoną musi powstrzymać terrorystę przed realizacją krwawego planu.

0.10 Żądza śmierci – film sensacyjny, USA/Kanada/Rosja 2009, reż. Jeff King, wyk. Steven Seagal, Dmitrij Czepowecki, Igor Żiżikin, Robert Wisden, 120 min
FILM

2.10 Zobacz to! – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB-T2

6.00 Ale numer! 19 (11) – program rozrywkowy

6.35 Smerfy (144, 145) – serial animowany, Belgia

7.35 Kacze opowieści (56, 57) – serial animowany, USA 1987

8.40 Safari – film animowany, Niemcy 2010, reż. Reinhard Klooss, 110 min
FILM

10.30 Asterix i Obelix. Tajemnica magicznego wywaru – film animowany, Francja/Belgia 2018, reż. Alexandre Astier, 100 min
FILM

12.10 Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (3-5) – serial dokumentalny, Polska 2015

13.55 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (5) – program rozrywkowy

15.00 7 krasnoludków: Historia prawdziwa – komedia, Niemcy 2004, reż. Sven Unterwaldt Jr., wyk. Cosma Shiva Hagen, Otto Waalkes, Heinz Hoenig, 135 min
FILM
Siedmiu mężczyzn schroniło się przed cywilizacją w lesie. Ubrani w charakterystyczne czapki krasnoludków, prowadzą beztroskie życie. Pewnego dnia zjawia się u nich Śnieżka.

17.15 Bileciki do kontroli – komedia, Francja/Belgia 2023, reż. Olivier Van Hoofstadt, wyk. Artus, Elsa Zylberstein, Lyes Salem, Maël Rouin Berrandou, 105 min
FILM
Kontroler Sébastien dostaje awans. Planuje wyjazd z narzeczoną do Marsylii. Ostatniego dnia pracy musi się zmierzyć m.in. z wymagającą inspektorką.

ANIMOWANY

19.00 Gnomeo i Julia – Wielka Brytania/USA 2011, 105 min
FILM
Pani Montecka nie znosi swojego sąsiada Kopuleckiego. Wzajemną niechęć żywią do siebie też ich ogrodowe krasnale. Jedna z figurek pani Monteckiej, Gnomeo, zakochuje się w Julii, córce Ogniomura z drugiej strony płotu.

20.45 Wszystko zostanie w rodzinie 1/2 – komedia, Francja 2014, reż. Nicolas Benamou, wyk. Philippe Lacheau, Alice David, Vincent Desagnat, Tarek Boudali, 105 min
FILM

22.30 Jack Strong – film biograficzny, Polska 2013, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Marcin Dorociński, Patrick Wilson, Maja Ostaszewska, Piotr Nerlewski, 150 min
FILM

1.00 Wstydliwe choroby: Nastolatki 2 (1, 2) – serial dokumentalny, Wielka Brytania

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (173) – serial obycz., Polska 2019

4.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (133) – serial obycz., Polska 2018

5.00 Kręcimy z gwiazdami (4) – program rozrywkowy

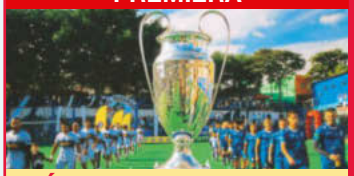
NETFLIX

HARRY HOLE

Harry (Tobias Santelmann) to błyskotliwy, choć kontrowersyjny detektyw, który zmaga się z demonami przeszłości. Popada w konflikt ze skorumpowanym kolegą po fachu, Tomem Waalerem. Balansując między etyką a skutecznością, ściga seryjnego mordercę i próbuje zdemaskować nieuczciwego policjanta.

▶krym. (9 odc.), Norwegia/USA 2026

PREMIERA



KUŹNIA PIŁKARSKICH TALENTÓW

Kulisy amatorskiej piłki nożnej w São Paulo – przestrzeni, w której rodzą się marzenia i kształtują przyszłe gwiazdy futbolu. Wspomnieniami dzielą się m.in. Cafu i Raphinha. Opowiadają, jak małe boiska i wsparcie lokalnej społeczności pomogły im w drodze na światowe stadiony.

▶dokum. (3 odc.), Brazylia 2026

TEŚCIOWIE 3

Wanda (Izabela Kuna) i Tadeusz organizują chrzciny swojego wnuka. Na rodzinnej uroczystości pojawia się Andrzej (Marcin Dorociński), który przyleciał z Australii z synem. Sytuacja wymyka się spod kontroli, a dawne konflikty i nowe romanse prowadzą do zaskakujących konsekwencji.

▶komedia, Polska 2025; 90 min

WEDNESDAY 2

Obdarzona specyficznym poczuciem humoru Wednesday Addams (Jenna Ortega) powraca do Akademii Nevermore. Musi zmierzyć się z problemami dotyczącymi rodziny, przyjaciół i dawnych wrogów. Zostaje również uwikłana w kolejną tajemniczą sprawę o nadprzyrodzonym charakterze.

▶serial fantasy (8 odc.), USA 2025

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.10 **Spider-Man: Daleko od domu** – film s.f., USA/Czechy/Australia 2019, reż. Jon Watts, wyk. Tom Holland, Samuel L. Jackson, 125 min
8.15 **Rekrut 8** (8) – serial kryminalny, USA 2026
9.15 **FBI: Most Wanted 4** (12) – serial kryminalny
10.15 **MacGyver** (7-11) – serial akcji, USA
15.10 **FBI: Most Wanted 2** (9-13) – serial kryminalny, USA 2020 Zespół podejmuje pościg w celu zatrzymania seryjnego mordercy. Działania zabójcy przybierają szokujący obrót.

TVP SERIALE

5.20 **Na sygnale** (844-846) – serial fab.-dokum.
6.45 **U Pana Boga w ogródku** (5) – serial komediowy, Pol. 2008
7.30 **Na sygnale** (847-851) – serial fab.-dokum.
10.20 **Ranczo 7** (85, 86) – serial obycz., Polska
12.05 **Rodzinka.pl** (291-293) – serial komediowy, Pol. 2025
13.40 **Ojciec Mateusz 28** (366, 367) – serial kryminalny, Pol. 2022
15.40 **Komisarz Alex 24** (299) – krym., Pol. 2025
16.35 **Ranczo 7** (87) – serial obyczajowy, Pol. 2013
17.30 **Czterdziestolatek** (14) – serial obycz., Polska 1976

TVP KULTURA DVB-T2

9.00 **Panna Nikt** – dram. obycz., Pol. 1996
10.50 **Kosmos 1999** (5) – s.f.
11.55 **Londyn – stolica kontrastów** – film dokum., Francja 2023
13.10 **Król w Nowym Jorku** – komediodram., USA 1957, 115 min
15.05 **Kariera Nikodema Dyzmy** (5) – obycz.
16.10 **Złote Koło** – dramat kryminalny, Polska 1971, 105 min
17.55 **TVP Kultura na Festiwalu Dwa Teatry – Sopot 2026**
18.30 **Teatr Telewizji: Intryga i miłość** – sztuka Friedricha Schillera, Polska 2004, reż. Maciej Prus

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 4** (3)
7.00 **Moje pieczone kurczaki** – obycz., Polska 2002, 75 min
8.15 **Trzej muszkieterowie** – film przyg., USA/Wlk. Bryt. 1973, 130 min
10.25 **Kate Winslet. Naturalna i piękna** – film dokum., Fr. 2024
11.35 **The Office PL 2** (1-3)
13.25 **Pęknięte lustro** – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1980, 130 min
15.35 **Arktyka** – dramat przygodowy, Islandia 2018, 120 min
17.35 **Bracia ze stali** – dramat biograficzny, USA/Wielka Brytania 2023, 155 min

CANAL+ PREMIUM HD

9.25 **Premierowa jazda**
9.40 **Azyl** – dramat biograf., Czechy/Wlk. Bryt./USA 2017, 125 min
11.45 **Łapu capu** – pr. rozr.
12.00 **Listy do Julii** – komedia romant., USA 2010, 105 min
13.45 **To nie jest zagadka kryminalna** (6)
14.40 **Bałtyk** – film dokum., Polska 2025
15.45 **Kiedy nadchodzi jesień** – dram. obycz., Fr. 2024, 100 min
17.25 **Kawałek po kawałku** – film animowany, USA/Dania 2024, 95 min
19.00 **Jason Bourne** – thriller, USA 2016, 120 min

HBO HD

9.30 **Król rozrywki** – musical, USA 2017, reż. Michael Gracey, wyk. Hugh Jackman, 105 min
11.15 **Tajemnica złotnika** – dramat obyczajowy, Hiszpania 2025, reż. Olga Osorio, 100 min
12.55 **Żegnaj, Christopher Robin** – dramat biograficzny, Wielka Brytania 2017, 105 min
14.40 **Policja zastępcza** – komedia sensacyjna, USA 2010, 105 min
16.25 **Przepiękne!** – komediodramat, Polska 2025, 120 min
18.25 **Pan Popper i jego pingwiny** – komedia, USA 2011, 95 min

20

KOMEDIA SF

20.00 **Faceci w czerni 3** – USA 2012, 140 min
Kosmita cofa się w czasie, by zlikwidować młodego funkcjonariusza K. Agent J orientuje się, że ktoś zaburzył bieg historii. By ocalić kolegę, rusza w przeszłość.
22.20 **Men in Black: International** – komedia s.f., Chiny/USA 2019, 120 min
0.20 **Bodyguard Zawodowiec** – kom. sens., USA/Hongkong/Bułgaria 2017, 150 min
2.50 **Hostel** – horror, USA 2005, 115 min

KOMEDIOWY

18.35 **U Pana Boga w ogródku** (6) – Pol.
Ze ściany spada obrazek Matki Boskiej, który Bocian otrzymał od ks. Antoniego. Gangster wstaje, by go podnieść. W tym czasie seria z karabinu przeszywa łóżko, na którym leżał.
19.25 **Ojciec Mateusz 28** (368) – krym., Pol. 2022
20.25 **Ojciec Mateusz 29** (369, 370) – krym., Pol.
22.15 **Ranczo 7** (88, 89) – serial obycz., Polska
0.10 **Komisarz Alex 24** (299, 300) – krym., Pol.
2.00 **PitBull** (16) – sens.
3.00 **Oficerowie** (4) – sens.

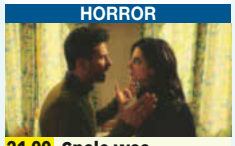
DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 **Żona** – Wielka Brytania/Szwecja/USA 2017, 110 min
Pisarz Joe Castleman dowiaduje się, że dostanie Nobla. Z żoną Joan i synem rusza do Szwecji po nagrodę. Podróż zmusza wszystkich do rozliczenia się z przeszłością.
21.50 **Muse: Drones World Tour** – koncert
23.30 **Ognie świętego Elma** – dramat obyczajowy, USA 1985, 120 min
1.30 **Wydarzenie aktualne** – program informacyjny

DRAMAT KRYMINALNY

20.10 **Aż do piekła** – USA 2016, 125 min
Bracia Toby i Tanner okradają bank, który przejął ich zadłużony majątek. W pościg za złodziejami ruszają zdeterminowany strażnik Teksasu, Marcus i jego partner Bear.
22.15 **Dom Glassów** – dramat sensacyjny, USA 2001, reż. Daniel Sackheim, 135 min
0.30 **Gangster** – dramat kryminalny, USA 2012, reż. John Hillcoat, wyk. Shia LaBeouf, 130 min
2.40 **Kruk. Jak tu ciemno** (6-ost.) – serial krym.

HORROR



21.00 **P!** **Spalę was wszystkich** – Hiszp. 2021, 115 min
María José pogrąża się w rozpaczy po śmierci syna zadręczonego przez kolegów. Wszystko się zmienia, gdy pojawia się u niej dziewczynka o nadprzyrodzonych mocach.
22.55 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
23.00 **Anora** – komediodramat, USA 2024, 135 min
1.15 **Wcielenie zła** – horror, Meksyk 2024, reż. Jack Zagha Kababie, 85 min

KOMEDIODRAMAT

20.00 **Premiera: Istoty fantastyczne** – USA 2024, 105 min
Nastoletnia Bea słyszy zagadkowy hałas. Gdy dostrzega animowaną postać, mdleje z emocji. Budzi się w mieszkaniu sąsiada. Poznaje tam fantastyczne istoty i dostaje misję ich ratowania.
21.45 **Akademia pana Kleksa 2** – film familijny, Polska 2024, 120 min
23.45 **Bohemian Rhapsody** – dram. biograf., Wlk. Bryt./USA 2018, 135 min

AXN WHITE

6.15 **Smerfy** – film familijny, USA 2011, 100 min
7.55 **Napisała: Morderstwo 4** (13-17) – serial kryminalny
13.10 **Dr House 2** (15-19) – serial obyczajowy, USA 2006
18.00 **Dowody zbrodni 5** (14-18) – serial kryminalny
22.50 **Moje wielkie greckie wesele** – komedia romantyczna, USA/Kanada 2002, 110 min
0.40 **I kto to mówi 2** – kom., USA 1990, 100 min
2.20 **Aviator** – dramat biograf., USA/Niemcy 2004, 170 min
5.10 **Blok promocyjny AXN White**

AXN BLACK

6.00 **Renegat 4** (19) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
6.45 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5** (22, 23) – serial krym., USA/Kanada
8.15 **S.W.A.T. 4** (11-14) – serial sensacyjny, USA 2020-2021
12.05 **Gwiezdne wrota** (11-15) – serial s.f., USA/Kan. 1997
17.05 **Rekrut: FBI** (18-21) – serial kryminalny, USA 2022-2023
21.00 **S.W.A.T. 4** (11-14) – serial sensacyjny, USA 2020-2021
0.30 **Rekrut: FBI** (18-21) – serial kryminalny, USA 2022-2023
4.15 **S.W.A.T. 4** (11, 12) – sens.
5.50 **Blok promocyjny AXN Black**

WARNER TV

10.00 **Bliźniaczki na boisku** – film familijny, USA 1999, 100 min
11.40 **Kontakt** – film s.f., USA 1997, 180 min
14.40 **Jackie Chan: Pierwsze uderzenie** – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 95 min
16.15 **Skazani na Shawshank** – dramat sensacyjny, USA 1994, 175 min
19.10 **Raport Pelikana** – film sensacyjny, 1993, 170 min
22.00 **Wrogie niebo 4** (12) – s.f.
22.50 **Wrogie niebo 5** (1) – s.f.
23.45 **John Q.** – dramat sensacyjny, 2002, 140 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (47-49) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 **Poirot** (2-4) – serial krym.
12.25 **Doktor Martin** (6-8) – serial obycz., Wlk. Bryt.
15.25 **Świat według Kiepskich** (197, 198, 83) – serial kom.
17.05 **Gliniarze** (1119-1122) – serial paradok., Pol. 2025
21.00 **Columbo** (13, 14) – serial kryminalny, USA 1973
0.10 **Samolot z forsą** – film sensacyjny, 2020, 110 min
2.00 **Ślad** (9) – serial kryminalny
3.00 **Święty** (272, 273) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 **48h. Zaginieni** (65, 66) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

8.40 **Elfy rozrabiają** – film anim., Niemcy 2024, 75 min
9.55 **O psie, który jeździł koleją 2** – film familijny, Polska 2025, 90 min
11.25 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
11.30 **W kogo ja się wrodziłem?** – film obycz., Polska 2001, 60 min
12.30 **Balony** – film krótkometr.
13.00 **Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu** – film fantasy, 2009, 115 min
14.55 **Długi weekend** – film obycz., Polska 2004, 75 min
16.10 **Mamma mia** – komedia muz., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2008, 110 min
18.00 **Tożsamość Bourne'a** – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Death Race – wyścig śmierci** – film sensacyjny, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2008, 110 min
21.50 **Kill** – dramat sensacyjny, USA/Indie 2023, 105 min
23.35 **Classified** – thriller, USA/Bułgaria 2024, 100 min
1.15 **To nie mój film** – komediodramat, Polska 2024, 100 min
2.55 **Followers. Odpalaj lajwa** – film krótkometraż.
3.25 **Moje miasto** – serial dok.
4.25 **Dwie siostry** – dramat obyczajowy, 2024, 95 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
10.20 **The Office PL 2** (10-12) – serial komediowy, Polska
11.55 **Świat zwierząt – rodzicielstwo** (3, 4) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2024
14.00 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
14.30 **Premiera: Naruto** (17-19) – serial anime, Japonia 2003
16.00 **Planeta Singli. Osiem historii** (1) – serial komediowy, Polska 2021
16.55 **W sercu dżungli. Orangutany z bliska** (1, 2) – film dokumentalny, Niemcy 2025
18.45 **13 posterunek 2** (41, 42) – serial komediowy, Polska
20.00 **Trigger Point: Stan zagrożenia 2** (3, 4) – serial sensacyjny, Wielka Brytania
21.40 **Premierowa jazda** – magazyn
22.00 **Talamasca: Sekretny zakon** (1, 2) – serial fantasy, USA 2025
23.50 **Król** (5, 6) – serial sensacyjny, Polska 2020
2.15 **Niewidzialna wojna** (1-3) – serial biograficzny, Polska 2022
4.45 **Miasta rytm** (1) – serial dokumentalny, Polska 2020
5.40 **Premierowa jazda** (3) – magazyn

CANAL+ 360 HD

6.00 **The Office PL** (9, 10) – serial komediowy, Polska
7.15 **Sędziowie** (6) – dok., Pol.
8.10 **Stalowe bestie z demobilu** (6) – dok.
10.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 6** (16) – dok.
11.00 **Sung Kang – szybki i dociekliwy** (3) – dok.
12.00 **Neymar: brazylijski numer jeden** – dok., 2024
13.00 **W trasie z Normanem Reedusem 3** (4) – dok.
14.00 **Co poszło nie tak 5** (4)
15.00 **Koleją przez świat 3** (2, 3) – serial dok., Wlk. Bryt.
16.55 **Wykrywacz historii 5** (5)
18.00 **Z archiwów historii** (6)
19.00 **Śladami Marco Polo** (3)
20.00 **Polarna stolica motoryzacji: Arjeplog** – film dokumentalny, 2022
21.05 **Zabójcze drogi** (1) – dok.
22.00 **Porzucone konstrukcje** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
22.55 **Wykrywacz historii 6** (1) – serial dokumentalny, Wł.
0.00 **Co poszło nie tak 5** (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025
1.05 **Małyszomania. Kochaj i rzuć** (1) – serial dokum.
2.05 **Twardzielki** (2) – dok., Pol.
2.45 **Polowanie na Hitlera** (6) – serial dokumentalny, Pol.
3.45 **Polska z góry: Stadiony** (1, 2) – serial dok., Pol. 2024
4.55 **Zwierzęta Wajraka 2** (2, 3) – serial dok., Pol. 2021

HBO 2 HD

12.35 **Do granic** – dramat obycz., Hiszpania 2022, 75 min
13.50 **Green Book** – dramat obyczajowy, 2018, 125 min
15.55 **Srebrna Gwiazda** – dram. obycz., USA 2024, 100 min
17.35 **Na samą myśl o Tobie** – dramat obyczajowy, USA 2024, 115 min
19.30 **Venom** – film s.f., Chiny/USA 2018, 105 min
21.15 **The Royal Hotel** – thriller, Australia/Wielka Brytania 2023, 90 min
22.45 **Władca much** (4) – sens.
23.45 **Stamtąd 4** (6)
0.35 **Bliżej** – dramat obyczajowy, 2004, 100 min

HBO 3 HD

11.05 **Oliwia i niewidzialne trzęsienie ziemi** – film animowany, 2025, 70 min
12.15 **Julia** (7) – serial biograf.
13.00 **Pierwszy człowiek** – dramat biograficzny, USA/Japonia 2018, 135 min
15.15 **P.S. Kocham Cię** – melodramat, USA 2007, 125 min
17.20 **Superman** – film przygodowy, 2025, 125 min
19.25 **Ostatnie zanurzenie** – dramat obycz., Wielka Brytania 2024, 95 min
21.00 **Ród smoka 2** (1-8) – serial fantasy, USA 2024
5.25 **Na planie 23** (18) – mag.

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

8.00 Sąsiedzi (51, 53) – serial anim., Czechy
8.20 Byli sobie podróżnicy (7-9)
10.00 Księga smoków – film anim., USA 2011
10.30 Dom – film anim., FILM USA 2015, 115 min
12.25 Moje wakacje z Rudym – film FILM familijny, Australia 2016, 110 min
14.15 Jeszcze większe dzieci – komedia, FILM USA 2013, 125 min
16.20 Rodzina Addamsów – anim., USA/Kan./Wlk. FILM Bryt. 2019, 100 min
18.00 Jurassic World: Dominion – film s.f., FILM Chiny/Malta/USA 2022, 180 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 The Office PL 3 (11, 12) – serial komediowy, Pol. 2023
7.15 Teoria wielkiego podrywu 2 (22, 23) – serial komediowy, USA 2008
8.10 Teoria wielkiego podrywu 3 (1-12) – serial komediowy, USA 2009
13.30 Przyjaciele 3 (9-11) – serial komediowy, USA 1996-1997
15.00 DMV – Ci od prawka (11, 17, 16, 15) – serial komediowy, USA 2025
17.00 9JKL (3-6) – serial komediowy, USA 2017
19.00 Duchy (17, 18) – serial fantasy, USA/ Wielka Brytania 2021

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (762) – serial paradokum.
6.00 Seriaale 2 (2) – mag.
6.30 Artystki (1) – pr. rozr.
7.20 Prawo Agaty 2 (10-13) – serial obycz.
11.30 Kraina cudów – film FILM animowany, Hiszpania/ USA 2019, 115 min
13.25 Agencie, podaj łapę – komedia, FILM USA/Australia 2001, 125 min
15.30 Alvin i wiewiórki 3 – film familijny, USA FILM 2011, reż. Mike Mitchell, wyk. Jason Lee, 110 min
17.20 Shazam! Gniew bogów – komedia FILM przygodowa, USA 2022, 160 min

13 ULICA

6.10 Follow (2) – sens., Francja 2023
6.55 Grace 2 (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2022
8.55 Magnum: Detektyw z Hawajów 4 (3-12) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
18.05 Kobra – oddział specjalny (1) – sens., Niemcy 2021
19.05 Chicago P.D. 13 (21) – serial kryminalny, USA 2025
Kluczowy świadek w sprawie nie chce współpracować, więc zespół jest zmuszony do zmiany planu, by namierzyć zbiegłego podejrzanego.

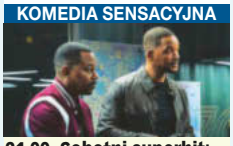
KINO POLSKA

6.35 Dom w cenie mieszkania 3 (1)
7.05 Przygody Myszki (4, 2, 7) – serial anim.
7.45 Reksio (46, 2, 48)
8.30 Chłopi (1/2) – film obycz., 1973, 115 min
10.25 Skradziona FILM **kolekcja** – komedia krym., 1979, 100 min
12.05 Moja – krótkometraż.
12.35 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
13.05 Prawo i pięść – film FILM sens., 1964, 125 min
15.10 1920 Bitwa FILM **Warszawska** – dramat wojenny, 2011, 150 min
17.40 Mała wielka miłość FILM – komedia romant., 2008, 140 min

STOPKLATKA DVB-T2

6.00 Komisarz Rex (15) – krym., Niem./Austria
6.55 Komisarz Rex 2 (1-3) – krym., Niem./Austria
10.00 Hudson i Rex 7 (8) – serial krym., Kanada
11.00 Hudson i Rex 8 (1) – serial krym., Kanada
12.00 Top Dog. Niemcy (5) – reality show
13.55 SexiPistols FILM – western komediowy, Francja/Meksyk/USA 2006, 115 min
15.50 Hudson Hawk FILM – komedia sensacyjna, USA 1991, reż. Michael Lehmann, wyk. Bruce Willis, Danny Aiello, 120 min
17.50 Kingsajz – komedia, FILM Polska 1987, 130 min

KOMEDIA SENSACYJNA



21.00 Sobotni superhit: Bad Boys for Life FILM – USA/Meksyk 2020, 155 min
Detektyw Marcus porzuca myśl o emeryturze. Wraz z kolegą Mikiem musi powstrzymać szefową kartelu przed dokonaniem zemsty.
23.35 Kod 7500 – thriller, FILM Niemcy/Austria/USA 2019, reż. Patrick Vollrath, 110 min
1.25 Ślad (20, 21, 2, 3) – krym., Pol. 2018-2019
5.25 Na ratunek 112 (845) – serial paradokumentalny, Polska 2023

KOMEDIA

20.00 Poznaj mojego tatę FILM – USA 2000, 145 min
Nowojorski sanitariusz Greg Focker pragnie poślubić ukochaną Pam. Najpierw jednak musi zjednać sobie przychylność jej ojca, Jacka Byrnesa. Senior skrywa sekret.
22.25 Comedy Club 3 (2-4)
0.00 Miasteczko South Park 23 (10) – serial anim. dla dorosłych
0.30 Miasteczko South Park 25 (1-3) – serial anim. dla dorosłych
2.00 Pracoholicy 7 (7-10)
4.00 Śmieszniej nie będzie 5 (1-4) – rozr.

SCIENCE FICTION

20.00 Aquaman FILM – USA/Australia 2018, 185 min
Orm. władca podwodnej krainy, zamierza zlikwidować ludzi, którzy szkodzą środowisku naturalnemu. Powstrzymać go pragnie Arthur, przyrodni brat.
23.05 365 dni – film erot., FILM Polska 2020, 140 min
1.25 Skazany – dramat FILM obyczajowy, Polska 1975, 105 min
3.10 Szkoła (734) – serial paradokum.
4.10 Ukryta prawda (1332) – paradok., Pol.

DRAMAT KRYMINALNY

20.00 Niepokojące zaginięcia: Instynkt macierzyński 2 FILM – Fr. 2021, 120 min
Była policjantka Esther Lewanski wraca do służby po zaginięciu Zoé, córki jej przyjaciółki Julii. Jakiś czas później znika również sama matka dziewczyny.
22.00 Morderstwo między wierszami FILM – film kryminalny, USA 2019, 110 min
23.50 Ósma strona – dram. FILM polityczny, Wlk. Bryt. 2011, 130 min
2.00 Podróżnik (1) – krym.

DRAMAT WOJENNY

20.00 Orzeł. Ostatni patrol FILM – 2022, 130 min
Rok 1940. Między członkami załogi okrętu podwodnego, która służy na Morzu Północnym, narastają konflikty. Ważą się losy Sosnowskiego i jego kolegów po fachu.
22.10 Horror Story FILM – czarna komedia, 2023, reż. Adrian Apanel, 115 min
0.05 Supermarket FILM – thriller, 2012, reż. Maciej Żak, 115 min
2.00 Historie miłosne FILM – film obyczajowy, 1997, 125 min

THRILLER

20.00 Głośne hity: Szczęki FILM – USA 1975, 160 min
Ogromny rekin ludojad sieje postrach u wybrzeży mekki plażowiczów, Amity Island. Z bestią chce zmierzyć się grupa śmiałków. Na ich czele stoi szef policji, Brody.
22.40 Ostatni rycerze FILM – film przyg., USA/ Korea Południowa/Wlk. Bryt. 2015, 140 min
1.00 Piłsudski – biograf., FILM Polska 2019, 155 min
3.35 Obława – dramat FILM wojenny, Polska 2012, 120 min
5.35 Wskrzeszenie

CINEMAX HD

12.50 Slumdog. Milioner z ulicy – komediodramat, FILM 2008, 120 min
14.50 Co się zdarzyło w Las Vegas – komedia romant., FILM USA 2008, 100 min
16.30 Sztuka kradzieży FILM – komedia kryminalna, Kanada/USA 2013, 90 min
18.00 Jason Bourne – thriller, FILM USA 2016, 120 min
20.00 Faceci w czerni 3 – kom. FILM s.f., USA 2012, 105 min
21.45 Helikopter w ogniu FILM – dramat wojenny, USA 2001, 140 min
0.05 Apollo 13 – dramat FILM katastrof., 1995, 140 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

8.30 Świat według Kiepskich (6-11) – serial kom., Polska
11.30 Bob kocha Abisholę 3 (20-22) – serial komediowy
13.00 Bob kocha Abisholę 5 (1-3) – serial komediowy
14.30 Święty (1-5) – serial kom.
17.00 Piękni i bezrobotni (8)
17.30 Świat według Kiepskich (6-12) – serial kom., Polska
21.00 Co ludzie powiedzą? 3 (3-5) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie 6 (4, 5) – kom., Wlk. Bryt. 1994
0.30 Czarna Żmija (4-6) – kom.
2.30 Grono nie-pedagogiczne 3 (1-5)
5.00 Comedy Club (6, 7) – rozr.

SCI FI

8.00 Kroniki Spiderwick (7, 8) – serial s.f., USA/Kan. 2024
10.00 Grimm 5 (9-13) – fantasy
14.50 Szkoła czarownic FILM – horror, USA 1996, reż. Andrew Fleming, 125 min
16.55 Szkoła czarownic: Dziedzictwo – dramat FILM fantasy, USA/Kanada 2020, 120 min
18.55 Zakazane królestwo FILM – film przygodowy, USA/ Chiny 2008, 125 min
21.00 Medalion – film FILM sensacyjny, Hongkong/ USA 2003, 110 min
22.50 Zielony Szerszeń – kom. FILM sens., 2011, 135 min

FX HD

6.00 Matlock (11) – serial krym.
6.50 FBI 3 (7, 8) – serial krym.
8.40 CSI: Kryminalne zagadki Miami (5, 6) – serial krym.
10.30 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (14, 15)
12.20 Agenci NCIS (16-18)
15.10 Z archiwum X (5-7) – s.f.
18.00 Karmazynowy przypływ FILM – thriller, USA 1995, 150 min
20.30 Ghost Rider – thriller, USA/ FILM Australia 2007, 140 min
22.50 Resident Evil 2: Apokalipsa – horror s.f., FILM 2004, 115 min
0.45 Bad Boys 2 – komedia FILM sensacyjna, 2003, 185 min
3.50 Paradise (6) – serial krym.

FILMBOX+ ONE HD

12.00 C.K. Dezerterzy (1/2) FILM – komedia, 1985, 110 min
13.50 Kacper – film familijny, FILM USA 1995, 120 min
15.50 Flintstonowie: Niech FILM żyje Rock Vegas – kom., USA 2000, 115 min
17.45 Quigley na antypodach FILM – western, USA/Australia 1990, reż. Simon Wincer, wyk. Tom Selleck, 135 min
20.00 Bodyguard Zawodowiec FILM – komedia sensacyjna, USA/ Hongkong/Bułgaria 2017, reż. Patrick Hughes, 190 min
23.10 Immortals. Bogowie i herosi – film fantasy, FILM USA 2011, 175 min

ROMANCE TV HD

16.15 Inga Lindström: Ukochany wróg – film FILM obycz., Niem. 2022, 105 min
18.00 Rosamunde Pilcher: Pani Szczęście – film FILM obycz., Niem. 2026, 120 min
20.00 Detektyw von Fock (5, 6)
21.50 Nord Nord Mord – Tajemnica Clüvera FILM – komedia kryminalna, Niemcy 2015, 115 min
23.45 Lilly Schönauer: Okrężna droga do szczęścia – film FILM obyczajowy, 2007, 115 min
1.40 Detektyw von Fock (5, 6) – serial kryminalny, Estonia
3.30 Grzechy i grzeszki (6-9)

CINEMAX 2 HD

14.35 Piękna rola FILM – komediodramat com, Francja 2024, 85 min
16.00 Czerwone pantofle FILM – dramat obyczajowy, Wł./ Meksyk 2022, 80 min
17.20 Pod szarym niebem FILM – dramat biograficzny, Polska 2024, 85 min
18.45 Pamięć – dramat obycz., FILM Meksyk/USA 2023, 105 min
20.30 P! Wybór pianisty – dramat FILM historyczny, Francja 2024, reż. Jacques Otmezguine, wyk. Oscar Lesage, 105 min
22.15 Niepowstrzymany FILM – dramat biograficzny, USA 2024, 120 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

6.00 Lekarze na start (50-52) – serial obycz., Polska 2017
8.05 Poirot 3 (9, 10) – serial kryminalny, Wielka Brytania
10.20 Poirot 4 (1, 2) – serial krym.
14.50 Zatraceni w miłości (1-5) – telenowela, Turcja 2023
20.05 Detektyw Murdoch 19 (1) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
21.00 Dalgliesh 2 (2) – krym.
23.00 Królowa węży (6) – serial kostiumowy, USA 2022
0.05 Zatraceni w miłości (1-5) – telenowela, Turcja 2023
4.35 Detektyw Murdoch 19 (1) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
5.15 Lekarze na start (1) – serial obycz., Polska 2017

NOVELAS+ HD

5.00 Cud miłości (14-18) – telenowela, Turcja 2023
10.00 List pożegnalny (74-76) – telenowela, Turcja 2023
13.00 Róże i grzechy (1, 2) – telenowela, Turcja 2025
15.00 Historia Juany (26-30) – telenowela, Meksyk 2024
20.00 Rubi (94, 95) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori, Eduardo Santamarina
22.00 Otchłań namiętności (99-103) – telenowela, Meksyk 2012, wyk. David Zepeda, Angelique Boyer
3.00 Rubi (94, 95) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori, Eduardo Santamarina

FX COMEDY HD

8.30 On, ona i dzieciaki 3 (22-26) – serial komediowy
11.00 Sposób użycia – kom.
13.30 Wszyscy kochają Raymonda 3 (7-15) – kom.
18.00 To właśnie miłość – kom. FILM romant., Wielka Brytania/ USA/Fr. 2003, 160 min
20.40 Robin Hood: Faceci w rajtuzach – komedia, FILM Francja/USA 1993, 130 min
22.50 Straszny film 4 – horror FILM komediowy, 2006, 95 min
0.25 Family Guy: Głowa rodziny 22 (13-15) – serial animowany dla dorosłych
1.55 Family Guy: Głowa rodziny 23 (4, 1)

FILMBOX+ HITS HD

14.20 Wojenne kwiaty FILM – dramat wojenny, USA 2012, 110 min
16.10 Czekając na Anyę FILM – dramat wojenny, Wielka Brytania/Bel. 2020, 120 min
18.10 Na skrzydłach orłów FILM – dramat historyczny, Chiny/Hongkong/USA 2016, reż. Stephen Shin, 110 min
20.00 Olimp w ogniu – thriller, FILM USA 2013, reż. Antoine Fuqua, 130 min
22.10 Mów mi Vincent FILM – komediodramat, USA 2014, 115 min
0.05 Wyspa śmierci – film FILM sensacyjny, 2023, 100 min

PARAMOUNT NETWORK HD

9.30 Żony ze Stepford – kom. FILM s.f., 2004, 120 min
11.30 Gang Wiewióra – film FILM animowany, 2014, 110 min
13.20 Gang Wiewióra 2 – film FILM animowany, 2017, 130 min
15.30 Daredevil – sens., USA/ FILM Szwajcaria 2003, 135 min
17.45 Wybuchowa para FILM – komedia sensacyjna, USA 2010, 135 min
20.00 Lara Croft: Tomb Raider FILM – film przyg., Wlk. Bryt./ Niemcy/USA 2001, 120 min
22.00 Barbarzyńcy – horror, FILM USA/Bułgaria 2022, 120 min
0.00 Ciche miejsce – horror, FILM USA 2018, 120 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- 7.50 **Formuła E:** ePrix Monako
- 8.50 **Formuła E:** LIVE ePrix Chin
- 10.15 **Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 3. etap
- 10.35 **Kolarstwo kobiet:** LIVE Tour de Suisse – 4. etap
- 13.00 **Kolarstwo:** Wyścig dookoła Słowenii – 3. etap
- 13.30 **Kolarstwo:** Wyścig LIVE dookoła Słowenii – 4. etap
- 15.30 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Suisse – 4. etap
- 17.45 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Lenzerheide – zjazd kobiet i mężczyzn

POLSAT SPORT 1 HD
- 6.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- 9.00 **Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
- 10.00 **Magazyn Polskiego Sportu** – mag.
- 11.00 **Siatkówka kobiet:** LIVE Liga Narodów – mecz: Holandia – Polska
- 14.45 **Siatkówka kobiet:** LIVE Liga Narodów – mecz: Chiny – Brazylia
- 18.15 **Siatkówka kobiet:** LIVE Liga Narodów – mecz: Turcja – Niemcy

Nasze zachodnie sąsiadki w ostatnich latach regularnie przegrywały z Turczynkami. W poprzedniej edycji rozgrywek uległy im 1:3.

CANAL+ SPORT HD
- 7.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Lech Poznań
- 9.15 **Premier League Stories** (45) – magazyn piłkarski
- 9.45 **Turbokozak** – magazyn piłkarski
- 10.50 **Turbokozak** – magazyn piłkarski
- 12.00 **Premier League: The Big Interview** (13) – magazyn piłkarski
- 12.40 **Piłka nożna:** 2. liga hiszpańska – barażowy mecz finałowy
- 15.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga: Gezet Stal Gorzów – BAYERSYSTEM GKM Grudziądz

TVP SPORT HD DVB-T2
- 4.50 **Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026: Turcja – Paragwaj
- 8.05 **Strongman:** Puchar Polski – Żmigród 2026
- 9.00 **Mundialowy poranek** (9) – magazyn piłkarski
- 10.30 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy C: Szkocja – Maroko
- 12.30 **Amp futbol:** LIVE AMP Futbol Cup – Warszawa 2026 – mecz: Polska – Ukraina
- 14.10 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Brazylia – Haiti
- 16.30 **Dzień na mundialu** (9) – magazyn piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
- 6.00 **LaLiga Best 11** – magazyn piłkarski
- 8.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Union Berlin – FC Bayern Monachium
- 10.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Atletico
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Hellas Werona – Inter Mediolan
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – Bayer 04 Leverkusen
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Fiorentina
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Villarreal – FC Barcelona

DISCOVERY CHANNEL HD
- 6.00 **Budowa na końcu świata** – serial dok.
- 7.00 **Klan z Alaski** – dok.
- 8.00 **Bimbrownicy 14**
- 9.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** (1) – dok.
- 11.00 **Celnicy na straży Szwecji 4** (5) – dok.
- 12.00 **Sara Price – Droga do Dakaru** (3)
- 13.00 **Złomowisko PL 2** (1, 2) – serial dokum.
- 15.00 **Nic do ukrycia** (7)
- 16.00 **Przygody truckerki** (3) – serial dokum., Pol.
- 17.00 **Ciężarówką przez Afrykę** (1) – dok., Pol.
- 18.00 **Nagi instynkt przetrwania 12**
- 20.00 **Bimbrownicy 14** – serial dokumentalny

20

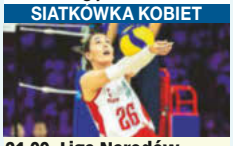
JEŹDZIECTWO

- 18.45 **Global Champions** LIVE **Tour w Paryżu**

Piergiorgio Bucci depcze po piętach zawodnikom plasującym się na podium klasyfikacji generalnej.

- 21.00 **Kolarstwo:** Wyścig dookoła Słowenii – 4. etap
- 22.00 **Kolarstwo:** Tour de Suisse – 4. etap
- 23.00 **Szermierka:** Mistrzostwa Europy – Antony 2026 – 5. dzień
- 1.00 **Kolarstwo:** Wyścig dookoła Słowenii – 4. etap

SIATKÓWKA KOBIET



- 21.00 **Liga Narodów** – mecz: Holandia – Polska

Pomarańczowe przed rokiem przysporzyły naszym paniom sporo kłopotów. Ostatecznie górą były Biało-Czerwone, ale do zwycięstwa nad reprezentantkami Holandii potrzebowały tie-breaka.

- 23.00 **Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Dosze
- 1.00 **Boks**
- 2.00 **Sporty walki:** UFC LIVE Fight Night – walka: Manel Kape – Kyoji Horiguchi

ŻUŻEL

- 18.00 **PGE Ekstraliga** – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – FOGO Unia Leszno

Gospodarze pragną zrewanżować się przeciwnikom za bolesną porażkę w poprzednim spotkaniu.

- 21.00 **Boks:** Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm
- 22.00 **Boks:** BKFC Fight Night: Nashville – waga lekka: Tony Soto – Juan Carlos DeLeon
- 0.10 **Liga+ Extra** – magazyn piłkarski

PIŁKA NOŻNA

- 18.00 **MŚ 2026:** Holandia LIVE – Szwecja

Starcie ekip, z którymi Polska walczyła w eliminacjach. Pomarańczowi wyprzedzili ją w grupie, natomiast Szwedzi pokonali w barażach.

- 21.50 **Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy E: Niemcy – Wybrzeże Kości Słoniowej
- 1.05 **Mundial 2026 – Legendy miejskie** (7) – cykl reportaży
- 1.50 **Piłka nożna:** MŚ LIVE 2026: Ekwador – Curacao

MAGAZYN FORMUŁY 1

- 20.00 **GP Confidential**

Informacje o gwiazdach najbardziej prestiżowej serii wyścigów samochodowych. W programie m.in. wypowiedzi kierowców i ludzi związanych z Formułą 1.

- 20.40 **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii
- 20.55 **Piłka nożna:** 2. liga LIVE hiszpańska – finałowy mecz barażowy
- 23.05 **Ligue1 Season Review** (36) – magazyn piłkarski
- 0.00 **Serie A** – mag.
- 1.05 **Made in Italy** (7-9) – magazyn piłkarski

DOKUMENTALNY

- 21.00 **Fani czterech kółek – samochody marzeń** – USA 2020

Mike Brewer i Marc Priestly przygotowują VW Golfa GTI. Następnie dokonują niesamowitej metamorfozy, przerabiając Fiata Doblo na mały samochód campingowy.

- 23.00 **Akta ekspedycji 2**
- 0.00 **Teorie spiskowe pod lupą** – serial dok.
- 1.00 **Tajemnice Alaski**
- 2.00 **Łowcy staroci 11**
- 3.00 **Łowcy staroci 12**
- 4.00 **Gorączka złota: Australia 5** (1) – dok.
- 5.00 **Fani czterech kółek**

EUROSPORT 2 HD
- 11.00 **Jeździectwo:** League of Nations – Rotterdam
- 12.45 **Kolarstwo górskie:** PŚ LIVE w Lenzerheide – zjazd kobiet i mężczyzn
- 16.15 **Szermierka:** ME – Antony 2026 – 4. dzień
- 17.40 **Szermierka:** ME LIVE – Antony 2026 – 5. dzień
- 21.00 **Wspinaczka:** World Series w Innsbrucku – bouldering kobiet i mężczyzn – finały
- 23.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Lenzerheide – zjazd
- 0.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 4. etap
- 1.00 **Snooker:** MŚ w Sheffield: S. Murphy – W. Yize

POLSAT SPORT 2 HD
- 6.00 **Tenis:** Turniej ATP w Halle – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
- 8.30 **Tenis:** Turniej ATP w Halle – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
- 9.45 **Siatkówka kobiet:** Liga LIVE Narodów: USA – Włochy
- 12.00 **Siatkówka kobiet:** LN
- 15.00 **Tenis:** Turniej ATP w Halle LIVE – półfinał gry pojedynczej
- 17.00 **Tenis:** Turniej ATP w Halle LIVE – półfinał gry pojedynczej
- 20.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: USA – Włochy
- 22.30 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Chiny – Brazylia
- 1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- 8.20 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – ćwierćfinał
- 10.40 **8 wspaniałych** (4) – dok.
- 11.30 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Berlinie – półfinał
- 14.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Berlinie – półfinał
- 16.15 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – półfinał
- 18.30 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – półfinał
- 20.45 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – półfinał
- 23.00 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – półfinał
- 1.15 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Wisła Płock

EXTREME CHANNEL HD
- 6.00 **X Games – Aspen 2021**
- 9.00 **KPW Kombat TV** (5)
- 10.00 **WWE Classic Gold** (49)
- 10.30 **WWE Highlights**
- 12.00 **Burning Heart Pro UK Wrestling** (2)
- 14.45 **WWE Classic Gold**
- 16.00 **New Japan Pro-Wrestling** (46)
- 19.00 **WWE Classic Gold** (29, 39) – program sportowy
- 20.00 **AEW Dynamite** (2624)
- 22.00 **New Japan Pro-Wrestling** (47)
- 0.30 **WWE Classic Gold** (1)
- 1.30 **New Japan Wrestling – Highlights** (13, 1)
- 3.00 **X Games – Aspen 2021**

ELEVEN SPORTS 2 HD
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – St. Pauli
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – AC Milan
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Freiburg
- 18.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
- 19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – SS Lazio
- 21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – RCD Mallorca
- 23.00 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
- 23.35 **Made in Italy** (7) – mag.
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: PSG – Nice

DISCOVERY LIFE HD
- 6.00 **Dzień dobry, zdrowie** (4)
- 6.30 **Szpital** (357-360)
- 10.30 **Kosmetyczne rewolucje**
- 11.15 **Megasknery 2** (2) – dok.
- 12.45 **Klinika bez tajemnic**
- 15.45 **Szpital** (309-311, 313)
- 19.45 **W czym do ślubu?** (1, 2)
- 20.45 **Wielkie wesela amerykańskich Romów**
- 21.45 **Nałogowe panny młode**
- 22.45 **Śmierć Diany: dwa śledztwa** (1) – serial dok.
- 23.45 **Powrót doktora Szczyta**
- 0.45 **Sekrety lekarzy** (3, 4)
- 2.45 **Eks-tra zmiana** (8) – rozr.
- 3.45 **19+** (32, 33) – paradok., Pol.
- 4.45 **Niezwykłe przypadki medyczne** (2, 3)

POLSAT SPORT FIGHT HD
- 11.50 **Triathlon:** World Triathlon LIVE Championship Series w Quiberon – sprint kobiet
- 13.35 **Sporty walki:** One Punch 4 w Kartuzach: Mateusz Rajewski – Adrian Gunia
- 15.15 **Boks:** Rocky Boxing Night w Żukowie: Mateusz Polski – Luis Mendoza
- 18.15 **Sporty walki:** FEN 59: D. Rzepecki – P. Duński
- 20.30 **K.O. TV Classics** (48)
- 21.15 **Sporty walki:** Babilon MMA 47 w Wieliczce: Rafał Dudek – Anatoly Hunanyan
- 23.40 **Boks:** Polsat Boxing Promotions 10 w Łodzi: O. Iglesias – E. Maderna

POLSAT SPORT 3 HD
- 12.00 **Tenis:** Turniej ATP Challenger w Poznaniu – półfinał gry pojedynczej
- 14.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE Challenger w Poznaniu – finał gry pojedynczej
- 16.00 **Tenis:** Turniej ATP LIVE Challenger w Poznaniu – finał gry podwójnej
- 18.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- 20.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- 22.30 **Tenis:** Turniej ATP Challenger w Poznaniu – finał gry pojedynczej
- 1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- 12.25 **Premier League Stories** (45) – magazyn piłkarski
- 13.00 **Dart:** PDC World Series LIVE w Bratysławie – 2. runda
- 17.15 **Boks:** Gala w El Paso: Stephanie Han – Holly Holm
- 18.15 **Premier League Stories** (45) – magazyn piłkarski
- 19.00 **Dart:** PDC World Series LIVE w Bratysławie – 2. runda
- 23.15 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 159
- 1.25 **Premier League: The Big Interview** (13) – mag.
- 2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Lech Poznań
- 4.15 **Przerwa techniczna**

ELEVEN SPORTS 4 HD
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Real Madryt – Real Sociedad
- 14.00 **Ligue1 Season Review**
- 15.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4) – mag.
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Lens – Marsylia
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Stuttgart
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Elche CF
- 22.00 **Serie A** – mag. piłkarski
- 23.00 **Bundesliga Special**
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska: Benfica – Casa Pia

ELEVEN SPORTS 3 HD
- 8.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska: Porto – Estoril
- 10.00 **Legendy LaLiga**
- 10.30 **LaLiga Best 11**
- 11.00 **Bundesliga Clubs** – mag.
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Bologna – Napoli
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Real Madryt – Rayo
- 16.00 **Made in Italy** (8, 9, 5, 4)
- 17.00 **Bundesliga Special** (21)
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Cremonese – Juventus
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayer – BVB
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Monaco – Lens
- 0.00 **LaLiga Best 11** – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
- 10.05 **Polska z góry 4** (4-6)
- 11.45 **W sercu dżungli. Orangutany z bliska** (1, 2) – film dok., Niem. 2025
- 13.45 **Groźne wulkany. Alarm dla świata** – film dok., Fr.
- 14.45 **Dwadzieścia lat później: C.K.O.D.3** – film dok., Pol.
- 16.00 **Wszystkie kolory świata 4** (5-8) – serial dok.
- 20.00 **Paweł z Ursynowa** – dok.
- 21.15 **David Bowie: Ostatni akt** – film dok., Wlk. Bryt.
- 23.00 **Charlie Chaplin: duch włóczęgi** – film dokum.
- 0.40 **Oscar Schindler: trudne dziedzictwo** – film dok.
- 1.40 **O co biega?** (5) – mag.

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **NASA – archiwum tajemnic** – serial dok.
8.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
10.00 **Jak to jest zrobione? 25** – dok.
12.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** (2-4)
14.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
16.00 **NASA – archiwum tajemnic** – serial dok.
18.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
18.30 **Jak to jest zrobione? 25** (2) – serial dokumentalny
20.00 **Największe paranormalne zagadki** – serial dok.

ID HD

6.00 **Wyrok do podważenia**
8.00 **Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć** – serial dok.
10.00 **Morderstwo na prowincji 5** – dok.
12.00 **Mroczne piętno 3**
14.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet: uciekłam seryjnemu mordercy** – dok., USA
16.00 **Mroczne sekrety Playboya** – serial dok.
18.00 **Michael Jackson: Sztuka kłamstwa**
19.00 **Mąż w żałobie: sztuka kłamstwa** – film dokumentalny
20.00 **Sprawa dla medium i detektywa 9** – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

6.00 **Najniebezpieczniejsze drogi Europy** (7, 8) – serial dok., Wielka Brytania
8.00 **Katastrofy pod lupą** (4, 1) – serial dok., USA
10.00 **Katastrofa w przestworzach** (4, 1, 2, 10, 9, 7) – serial dokum., Kanada 2022
16.00 **Car SOS** (7): Alfa Romeo Spider – serial dok., Wielka Brytania
17.00 **Państwa Osi: Droga ku porażce** (4, 5) – dok., Kan./Australia
19.05 **UFO: Przełomowe śledztwa** (5) – serial dokum., USA
20.00 **Miasta w liczbach** (6): Marrakesz – serial dokumentalny, Kanada

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu** (620)
6.05 **48h. Zaginieni** (31) – serial krym., Polska
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (31, 32) – serial dok.
9.00 **Niezwykłe pociągi** (5, 6) – serial dok., Kan.
11.00 **Porzucone konstrukcje** (3, 4)
13.00 **Rolnicy. Podlasie** (50-52) – serial dok.
16.00 **Podglądacze przyrody** (2, 3) – dok.
17.00 **Wielkie wycieczkowce** (7)
18.00 **Najbardziej niebezpieczne drogi do szkoły** (8)
19.00 **Jak to wyjaśnić 2** (16, 17) – serial dok.
20.00 **Tajemnice piramid** (5) – serial dok., Francja

TVP HISTORIA DVB T2

6.35 **Dzika Polska**
9.00 **Przyłbice i kaptury** (3) – przyg., Pol. 1985
10.05 **Korona Gór Polski**
10.40 **Wszystkie kolory świata** (47) – dok., Fr.
11.45 **Podziemne Włochy** (3): Neapol – dok., Wł.
12.50 **Krainy cudów natury** (1) – cykl dok.
14.00 **Ex Libris** – magazyn
14.30 FILM **Les Milles** – dramat wojenny, Fr./Niem./Polska 1995, 110 min
16.20 **Flesz historii** (766)
16.45 **Tajemnice kultowych seriali** (1)
17.40 **Blisko, coraz bliżej** (6) – obycz., Pol. 1982
19.15 **Zabójcza nauka** (6)
20.20 **Zbrodnie sprzed lat** (2) – serial dok., USA

HISTORY HD

12.05 **Starożytni kosmici 14** (11) – dok.
13.05 **Tajemnice skryte w mroku** (4) – dok.
14.00 **Tajemnice skute lodem 3** (7) – dok.
14.55 **Gwiazdy lombardu 25** (12)
15.50 **Gwiazdy lombardu 12** (46)
16.15 **Piątka z historii** (7) – serial dokumentalny
16.45 **Tajemnice Dolnego Śląska** (1) – dok., Pol.
17.10 **Papież Franciszek – ostatni w dziejach?** – film dokumentalny, 2018
19.05 **Starożytni kosmici 16** (8) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 14** (9) – dok.

DOKUMENTALNY

22.00 **Klątwa Trójkąta Bermudzkiego**
Tajemnicze zniknięcie łodzi Witchcraft w obrębie Trójkąta Bermudzkiego wywołuje wiele pytań. Zespół specjalistów dokona wstrząsającego odkrycia na dnie morza.
0.00 **Na tropie legendarnych potworów** – dok.
2.00 **Przypadki z archiwum 10** (5, 6) – serial dokumentalny
4.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** (2-4) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

21.00 **Narzędzia zła** (8): Szafa i wywiad – USA 2017
Zdesperowany mężczyzna poznaje sekrety, które kryją się w opuszczonym kościele. Nowych właścicieli antycznej szafy czeka przerażająca niespodzianka.
23.00 **Wrota do piekieł 3** (5, 6) – reality show
1.00 **Narzędzia zła** (8) – dok., USA 2017
3.00 **Morderstwo na prowincji 5** – dok.
4.00 **Morderstwo na prowincji 6** – dok.
5.00 **Mroczne piętno 3**

DOKUMENTALNY

21.00 **Złapać przemytnika** (7, 8) – USA 2024
Służby celne przechwytują żaglówkę, na której ukryto kokainę, a w jednej z przesyłek odkrywają marihuanę. Pies tropiący wyczuwa olej THC, który miał trafić do Europy.
23.00 **Ciemna strona świata** (5, 10) – serial dokum.
1.00 **Złapać przemytnika** (3) – serial dokum.
2.00 **Wyprawa na dno** (2, 7) – dok., Wlk. Bryt.
4.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (6) – dok.
5.00 **Car S.O.S.** (3) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Wielkie miasta starożytności** (3)
Przy użyciu grafiki komputerowej odtworzono starożytne miasto Majów – Tikál. Funkcjonowało ono przez ponad tysiąc lat i miało dwa miliony mieszkańców.
22.00 **Niewyjaśnione zagadki** (3) – dok.
23.00 **Poza kontrolą: Czarnobyl**
0.00 **Kataklizmy, które wstrząsnęły światem** (3) – dok.
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (9-12) – serial dokum.
5.00 **Kołowrotek** (10, 11)

WESTERN

21.15 FILM **Zaproszenie dla rewolwerowca** – USA 1964, wyk. Yul Brynner, 100 min
Matt chce odzyskać bezprawnie przejęty dom. Staje się celem wynajętego rewolwerowca, który okazuje się kimś więcej niż tylko zwykłym najemnikiem.
22.55 FILM **Kochając Pabla, nienawidząc Escobara** – dramat biograficzny, Hiszp./Bułgaria 2017, 135 min
1.10 **Historia w postaciach zapisana** – cykl dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Starożytni kosmici: geneza** (2) – 2025
Eksperci prezentują dowody na istnienie starożytnych maszyn latających oraz badają tezę, że kontakty z obcymi miały miejsce na przestrzeni wieków.
23.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 3** (35, 36) – serial dok.
0.50 **Starożytni kosmici 14** (9) – dok.
1.50 **Papież Franciszek – ostatni w dziejach?** – dok.
3.40 **Tajemnice skute lodem 3** (7) – dok.

20

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Na tropach tajemnic** (1)
9.00 **Klątwa Trójkąta Bermudzkiego** – dok.
10.00 **Skarby z szopy** (9-12)
12.00 **Łowcy staroci** – dok.
13.00 **Tajemnice ziemi – Hiszpania** (3) – dok.
14.00 **Wyścigi po antyki** – dok.
15.00 **Poszukiwacze kamieni szlachetnych** (13, 14)
17.00 **Muzealne tajemnice**
19.00 **Na ratunek starociom**
20.00 **Wielki szwindel** – dok.
21.00 **Nawiedzona Irlandia**
23.00 **Lata 90. Dekada zbrodni**
2.00 **Seryjni mordercy**
3.00 **Lotniskowiec HMS Ark Royal** (3) – serial dok., USA

PLANETE+ HD

13.35 **Żywioły w akcji. Ziemia na krawędzi** (1) – dok., Fr.
14.45 **Jeanne Duval. Zapomniana muza Baudelaire'a** – film dok.
15.50 **Sapiens. Narodziny sztuki** – film dokumentalny
17.00 **Rok z dziką przyrodą** (4)
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (33, 34)
18.40 **Mam zamek** (2, 3) – dok.
19.45 **Wszystko o Marii. Matce Bożej** (2) – dok., Fr.
20.50 **Wszystkie tajemnice Joanny D'Arc** – film dok.
22.05 **Louis de Funes – król francuskiej komedii** – film dokum., Francja 2023
23.15 **Lombard** – film dok., Pol.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

11.00 **Sekretne życie pingwinów** (2) – dok.
12.00 **Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy**
13.00 **Cuda Afryki** (1) – dok., Hol.
14.00 **Amazonia** (2) – film dok.
15.00 **Muszle: rzeźby natury**
16.00 **Sekrety życia orek** (1)
17.00 **Dzika Afryka Południowa** (3) – dok.
18.00 **Silni wbrew naturze** (2)
19.00 **Jak przeżyć na Alasce** (4)
20.00 **Europa z powietrza** (2)
21.00 **Stworzone, by przetrwać** (1, 2) – dok.
22.00 **Zabójcze safari** (2) – dok.
23.00 **Europa z powietrza** (5)
0.00 **Niezwykły dr Pol** (18, 14)

POLSAT VIASAT NATURE HD

8.55 **David Attenborough i smok morski** – film dok.
10.05 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu** (1-3) – serial dok.
13.20 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (3) – dok.
14.30 **Wojny zwierząt** (3) – dok.
15.35 **Podwodne miasto** (3)
16.40 **U wybrzeży Australii** (3)
17.50 **Pacyfik** (3) – serial dok.
18.55 **Sekrety wodnych krain**
21.00 **Dziki Teksas** – film dok.
23.10 **Pantanal – cud brazylijskiej przyrody**
0.20 **Dzika Kuba: Wyprawa na Karaiby** (1, 2) – dok.
2.15 **Nowa Anglia: cuda natury** – film dokum., USA

BBC EARTH HD

10.00 **Wielkie koty 24/7 2** (5)
11.15 **Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu** (1) – dok.
12.15 **W okowach mrozu 2**
17.10 **Zabójcza misja: rekin** (7)
17.50 **Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu** (1) – dok.
18.55 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** (1) – dok.
19.55 **Szpiedzy w oceanie** (3, 4)
22.10 **W okowach mrozu 2** (14)
23.10 **Wielkie koty 24/7 2** (5)
0.25 **Zabójcza pogoda 6** (13)
1.25 **Superchirurdzy: szansa na życie 2** (3) – serial dok.
2.20 **W okowach mrozu 2**
4.40 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** (1) – dok.

ANIMAL PLANET HD

10.00 **Na tropie wymarłych gatunków** – serial przyrod.
11.00 **Weterynarz z Gór Skalistych 5** – serial dok.
13.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
15.00 **Człowiek rekin** – dok.
17.00 **Cztery kąty, cztery łapy** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Julia kontra węże** – dok.
19.00 **Jak to robią zwierzęta?**
20.00 **Na tropie dzikich zwierząt** (7, 8) – dok., Pol.
21.00 **Nowojorskie Zoo – Bronx** – serial dok., USA
22.00 **Baseny jak z bajki** – dok.
23.00 **Człowiek w roli ofiary 3** – serial dokumentalny, USA
1.00 **Niebezpieczne rewiry**

TVP DOKUMENT HD

12.50 **Podróże Małej i Dużej 7**
13.20 **Tacy byliśmy**
13.50 **Fascynujące migracje** (2)
14.50 **Lodowe królestwo pantery śnieżnej** – dok.
15.50 **Gwałtowna pogoda. Jak ją przetrwać?** (3) – dok.
17.00 **Plaże Europy** (3)
18.05 **Sanatorium miłości 2**
19.00 **Ostatnia tajemnica Marilyn** – film dokum., Fr.
20.05 **Życie i śmierci Maxa Lindera**
21.50 **Patagonia, droga na koniec świata** – dok.
22.50 **Sprawdzamy** – magazyn
23.20 **Tam, gdzie żyją smoki**
0.25 **Sanatorium miłości 2** (9)

POLSAT DOKU HD

11.35 **Sekrety Biblii** (2) – dok.
12.30 **Top Guns – SuperBroń**
13.30 **Fabryki wojny** (3) – dok.
14.30 **Poszukiwacze historii**
15.30 **David Attenborough i cuda natury** (3, 4) – dok.
16.35 **Świat z góry. Izrael** (2)
17.40 **Świat z góry. Jedwabny Szlak** (2) – dok., Singapur
18.50 **Świat z góry. Parki narodowe** (3) – serial dok.
19.55 **Polowanie na Hitlera** (3)
20.50 **Militarny top 10** (3) – dok.
22.00 **Ekstremalne drogi do szkoły** (2) – serial dok.
23.05 **Największe maszyny rolnicze** – film dokum.
0.20 **Kroniki Hitlera** (7) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

6.30 **Ekstremalna pomoc drogowa 2** (1-5) – dok.
11.15 **Australijscy poszukiwacze złota 4**
13.10 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
16.00 **Złoto Jukonu 3** – dok.
17.00 **Złoto Jukonu 4** (1-4)
21.00 **Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 3**
22.05 **Internetowy seksbiznes 2** (4) – dok.
23.00 **Skąd się biorą seryjni mordercy 2** (7) – dok., USA
0.00 **Bohaterowie z St. John's 2** (3-9) – dok., Kan.
5.30 **Australijscy łowcy bydła 2** (2) – dok., Australia

POLSAT VIASAT HISTORY HD

9.00 **Tajne bazy nazistów 4**
10.55 **Życie prywatne przywódców Rzeszy**
12.55 **DNA Hitlera: geny dyktatora** (1) – serial dok.
13.55 **Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej**
15.00 **Podziemna armia** (1-4)
19.05 **Naziści: korzenie zła**
21.00 **Hitler: Odliczanie** (2)
22.00 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (9, 10) – serial dok.
23.55 **Zaginione mumie Inków**
1.00 **Piraci z Morza Śródziemnego** – film dok.
1.55 **Królowe areny: kobiety-gladiatorki**
2.55 **Tajemnice templariuszy**

CI POLSAT HD

14.10 **Dowody zbrodni 4** (16)
15.05 **Absurdalne przestępstwa 2** (18, 19)
16.00 **Daj znać, jak będziesz w domu 2** (7) – serial dok.
17.00 **Pogrzebani za domem 6** (7) – serial dokumentalny
18.00 **28 mil, by zabić** (2)
19.00 **Zbrodnia na prowincji 2** (7) – serial dokumentalny
20.00 **Polowanie na pedofila**
21.00 **Morderstwo w rodzinie 2** (8) – dok.
22.00 **Zbrodnia na żywo** (9)
23.00 **Jak zostałem seryjnym mordercą** (5) – serial dok.
23.55 **W cztery oczy z mordercą** (6) – dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta**
9.10 **Dziwaczne potrawy: smakowite miasta** (1, 2)
10.10 **Niezwykłe Stany Prokopa** (4-6, 1) – pr. rozr.
12.15 **Baseny z rozmachem** (6)
14.20 **Ciężarówką przez Stany**
15.55 **Człowiek kontra jedzenie** (9-12) – mag.
18.00 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** (5-8)
20.05 **Nagi instynkt przetrwania** (5, 6) – dok.
22.10 **Yeti: masakra w Uralu**
0.05 **Grenlandia – wyspa skarbów** (10, 11) – dok.
2.10 **Pasja – sposób na życie**

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – mag.
11.20 **Podróże z historią** (11) – serial dokum.
12.05 **Gruby** (3, 4) – przyg.
13.15 **UNESCO: Skarby Polski** – serial dokum.
13.45 **Echo serca** (3)
14.35 **Na sygnale** (645, 646)
15.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
16.05 **Błotniak stawowy z Doliny Wisłoki**
17.05 **Ja wam pokażę!** (5)
17.55 **Teleexpress**
18.20 **Wojna domowa** (5, 6) – serial obycz.
19.25 **Muzyczne NAJ**
20.10 **World News Flash**

TVP ROZRYWKA

10.10 **Tańcząca ze światem – Malta** (2)
10.45 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (5)
11.45 **Przyrodnik na tropie** (34) – dok.
12.20 **Prywatne życie zwierząt 14** (5)
12.45 **Program rozrywkowy**
13.00 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (28)
13.55 **Postaw na milion**
15.50 **Va banque** (958, 959) – teleturniej
16.55 **Koło fortuny** (2031)
17.40 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (6)
18.45 **Olga Lipińska zaprasza** – talk-show
19.30 **Program rozrywkowy**

POLSAT CAFÉ

6.00 **Komisarz Mama** (9, 10) – serial krym.
8.00 **Bogaty dom – biedny dom** (112, 145) – reality show, Polska
10.00 **Polacy za granicą – miłość** (1, 2) – serial dokum.
12.00 **Shopping Queens. Królowe Zakupów** (43, 44) – program rozrywkowy
14.00 **Ani słowa pannie młodej** (5, 6) – serial dokumentalny, Polska
16.00 **Kolacja w ciemno** (53, 54) – program rozrywkowy
18.00 **Nasz nowy dom** (288, 289) – reality show, Polska

TV 4 DVB-T2

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (187) – reality show
7.00 **Galileo** (1161, 1162) – popularnonaukowy
9.05 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn
9.30 **Galileo** (1163) – pr. popularnonaukowy
10.30 **Mini Galileo** (22) – pr. popularnonaukowy
10.50 **Galileo** (1204, 1205) – popularnonaukowy
12.50 **Dziś 13, jutro 30** FILM – komedia romantyczna, USA 2004, reż. Gary Winick, 125 min
14.55 **Policjantki i Policjanci** (1371-1375) – serial obycz., Polska 2026

TTV HD DVB-T2

9.45 **Express** – pr. inform.
10.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (9)
11.05 **Nic do zgłoszenia 6** (5) – serial dokum., Pol.
12.05 **Zakup w ciemno extra** (21)
12.35 **Zakup w ciemno 7** (22-24) – reality show
15.45 **Express** – pr. inform.
16.05 **Idź na całość 2** (8)
17.05 **Usterka 14** (4)
17.45 **Express** – pr. inform.
18.00 **Pogoda, sport**
18.10 **Zakup w ciemno 7** (21) – reality show
19.05 **Zakup w ciemno extra** (20)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.00 **Idź na całość 2** (5)
21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (8)

TVN STYLE HD

5.30 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (1) – reality show
6.10 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
6.45 **Poukładani** (5, 6) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.30 **Jestem z Polski 14** (1, 2, 16) – serial dok.
14.35 **EuroPOLKI studentki** (3) – program rozrywkowy
15.35 **Do zobaczenia** (5) – mag. poradnikowy
16.05 **Ostre cięcie** (8-ost.) – program rozrywkowy
17.05 **Będzie pięknie** (3) – program rozrywkowy
18.05 **Bitwa o gości** (3) – reality show

20

SZPIEGOWSKI

20.35 Zatoka szpiegów (6) – Polska 2023
Johann nakazuje Annie, by opuściła Gdańsk. Neumann kupuje od sprzedawcy książkę, dzięki której jest w stanie odszyfrować przesłaną z Londynu wskazówkę.
21.30 **Polowanie** – thriller, FILM Polska 2023, 115 min
23.25 **Tańczmy, jak nam miłość gra** – skrót koncertu
23.45 **Laskowik & Malicki – niedziela wieczór**
0.40 **Ja wam pokażę!** (5) – serial obycz., Polska
1.30 **World News Flash**

ROZRYWKOWY

19.50 Kabaret Letnią Porą (5, 6)
Cykl przypomina najbardziej udane skecze i piosenki popularnych polskich grup kabaretowych. Widowisko jest prezentowane w przyjemnej, letniej konwencji.
21.55 **Postaw na milion**
23.50 **Koło fortuny** (2031, 2025) – telet.
1.15 **Kabaret Ani Mru-Mru** – pr. rozr.
2.20 **Kabaret Potem przedstawia – Dzikie muzy** – rozr.
3.45 **Kabaret Letnią Porą** (33, 32) – pr. rozrywk.

REALITY SHOW

20.00 Bogaty dom – biedny dom (98-100) – Polska 2023
Dwie rodziny pochodzące z zupełnie różnych środowisk zamienią się budżetami na pięć dni, aby doświadczyć życia na przeciwnych krańcach skali społecznej.
23.00 **Gry małżeńskie** (118, 119) – reality show, Polska
1.00 **Kolacja w ciemno** (53, 54) – pr. rozrywk.
3.00 **Więzienie kobiet** (84, 85) – serial dokum.
4.00 **Zdrady** (119, 120) – serial paradokum.

KRYMINALNY

20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (113-116)
Z przedszkola znika pięciolatek. Podejrzanym jest Filipiak, który kręcił się przy placówce i robił zdjęcia. Wychodzą na jaw napięte relacje między rodzicami chłopca.
0.00 **Gwiazdy Kabaretu** (178, 179) – pr. rozr.
2.05 **STOP Drogówka** – magazyn policyjny
3.05 **Interwencja** – mag.
3.25 **Lubię disco!** (264)
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

SERIAL

22.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (4) – Pol. 2026
Mieszkanka prowincji udaje się do Lublina, gdzie czeka ją szalona przygoda. Natomiast dama trafia na wieś. Jej zadaniem będzie zarządzanie ruchem pekaesów.
23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (13, 14) – pr. rozrywk.
1.00 **Diabelnie boskie** (17, 18) – reality show
1.55 **Zapukaj do moich drzwi** (122, 123) – telen., Turcja 2020
3.55 **Detektywi** (128) – serial fab.-dokum.

ROZRYWKOWY

19.05 Kuchenne rewolucje (2, 3)
Magda Gessler pomaga ocalić wielkopolską restaurację Ludwinka. Nowa właścicielka próbowała poprawić wizerunek lokalu, m.in. znajdując lokalnego dostawcę gęsiny.
21.05 **A jak Antkowiak** – film dok., Pol. 2024
23.00 **Ślub od pierwszego wejrzenia 10** (7, 8) – reality show
1.10 **Ślub last minute** (8-ost.) – pr. rozrywk.
2.10 **Apetyt na miłość 5** (10) – pr. rozrywk.
3.10 **Co nas truje** (3, 4)

TVP HD HD

8.55 **Ojciec Mateusz 18** (228, 229) – krym., Pol. 2017
10.45 **Czy wiesz, że?** (280)
11.20 **Na sygnale** (617, 618)
12.25 **Ojciec Mateusz 5** (59)
13.20 **Komisarz Alex 2** (23)
14.15 **Ranczo 4** (45, 46) – obycz.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 23** (301)
19.20 **Ranczo 5** (57-59) – obycz.
22.20 **Skyfall** – film sens., Wielka FILM Brytania/USA 2012, 150 min
0.50 **Kruk 3. Jak tu ciemno** (1-3) – serial krym., Polska
3.55 **Gorąca linia** – thriller, FILM USA 2022, 110 min

TVS HD

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

ZOOM

8.00 **Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę**
9.35 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
12.55 **Sensacje XX wieku**
15.15 **Stawka większa niż życie** (7, 8) – wojenny, Pol.
17.50 **Gang Olsena znowu** FILM **w akcji** – komedia sens., Dania 1977, 125 min
19.55 **Kabaretowe przeboje 2**
20.55 **Co mi zrobisz, jak mnie** FILM **złapiesz** – komedia, Polska 1978, 125 min
23.00 **Adam szuka Ewy. Niemcy** (1) – pr. rozrywk.
0.00 **Magia nagości. Niemcy – reaktywacja** (5) – rozr.

TLC HD

13.00 **Rodzina 10+ 8** (8) – rozr.
14.00 **Niezwykłe przypadki medyczne** (3-6)
16.00 **Kiedy dzieci mają dzieci 7** (9) – serial dok.
17.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
18.00 **Wiza na miłość 12** (4)
20.00 **Baylen – życie na głos 3** (1) – serial dokumentalny
21.00 **Rubiales vs Hermoso – pocałunek Pucharu Świata** (2) – film dokum.
22.00 **Sherri Papini: Opowieść z pierwszej ręki** – dok.
23.00 **Lekarze od twarzy** – dok.
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy** – serial dokumentalny, USA

C+ KUCHNIA HD

12.50 **Jelita vs mózg**
13.40 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
14.30 **U sąsiadów w kuchni 16**
15.40 **Zgrillowani 3** (4) – mag.
16.05 **M jak mięso 10** (6, 7)
16.55 **Po prostu Jamie: szybko i łatwo** (2) – magazyn kulin.
17.55 **Jakubiak rozgryza Włochy** (5, 6) – mag. kulin.
18.50 **Włoska kuchnia Gino: sekrety południa** (3, 4)
19.45 **Planeta słodyczy** (4, 5)
20.45 **Kulisy wielkiej kuchni**
21.40 **Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia** (5) – program rozrywkowy
22.35 **M jak mięso 10** (6, 7)

TVN TURBO HD

8.50 **Samochód marzeń – kup i zrób** (2) – mag.
9.45 **Naprawy nie do naprawy** (1) – mag.
10.30 **Moto kombat** (4) – mag.
11.15 **Ciężarówką przez RPA**
12.15 **Moto Fachury** (4) – mag.
13.00 **Jeździć, obserwować**
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny samochodowe**
19.00 **Nic do zgłoszenia** (7, 8)
21.00 **Samochód marzeń – kup i zrób** (5, 6) – mag.
22.55 **Naprawy nie do naprawy** (1-3) – mag.
1.05 **Zawodowi handlarze**
1.50 **Wypad z kraju** (8) – rozr.
2.35 **Megatransporty** (5, 6)

NOWA TV DVB-T

6.00 **Wehikuł czasu** (620, 621)
6.20 **TV okazje** (59, 60)
6.55 **Wehikuł czasu** (620, 621)
7.30 **Interwencja – taka jest Polska** (559) – mag.
8.20 **Frieren. U kresu drogi**
9.30 **Dragon Ball Super** (30-36)
13.00 **One Punch Man** (3, 4)
14.00 **Co ludzie powiedzą?** (3-5) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.00 **Miodowe lata** (63-66)
19.45 **Poirot** (1-4) – serial krym.
0.00 **Ślad** (72) – krym., Pol. 2019
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (60, 61)
3.50 **Wehikuł czasu** (620, 619)
4.00 **Sala operacyjna** (2, 5)
5.00 **Pod lupą** (2, 3) – magazyn

METRO

8.00 **Klan z Alaski** (8) – dok.
10.00 **The Floor** (19, 20) – telet.
11.15 **Złomowisko PL 5** (13, 14)
13.15 **Gwiazdy lumpeksów** (5)
14.15 **Makłowicz w Polsce** (3)
14.50 **No to lecę!** (1) – pr. rozr.
15.50 **Niezwykłe Stany Prokopa 6** (6) – pr. rozr.
16.50 **Jestem z Polski 2** (3)
17.50 **Kryminalni** (3, 4) – krym.
20.00 **Grunt to rodzinka** – kom. FILM sens., Fr. 2004, 120 min
22.00 **15:17 do Paryża** – thriller, FILM USA 2018, 115 min
23.55 **Kuba Wojewódzki** (4)
1.00 **Szpital** (758) – paradok.
2.00 **Szkoła** (860, 503)
4.00 **Pani gadżet** (6) – mag.

ANTENA HD DVB-T2

8.35 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
11.55 **Australijscy poszukiwacze złota 2**
18.00 **Polska. Największe dylematy** (6) – pr. publ.
19.00 **77 TV 5** (29) – pr. rozrywk.
20.00 P! **Morderstwa we Francji – Regulus Caves** – dramat FILM krym., Fr. 2025, 125 min
22.05 **Oficer i morderca** – dram. FILM krym., Kan. 2012, 115 min
0.00 **Niebezpieczny** FILM **obserwator** – thriller, USA 2020, 105 min
1.45 **Niewyjaśnione: Podróżnicy w czasie**
3.05 **77 TV 5** (10, 11) – pr. rozr.

WP DVB-T

13.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (6)
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4** (4)
14.55 **Policjanci z sąsiedztwa 4** (4, 5)
16.55 **Pogoda**
17.00 **Policjanci z sąsiedztwa 4** (6) – dok.
18.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2** (9) – serial dok., Polska 2026
18.55 **Policjanci w akcji** (5)
19.55 **Policjanci z sąsiedztwa 4** (7, 8)
21.50 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 15** (12) – program rozrywkowy
23.00 **Przebojowe kabarety** (7)

C+ DOMO HD

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

HGTV HD

13.35 **Weekendowa metamorfoza 2** (5, 6)
15.35 **Kamera, akcja, wpadka!**
17.10 **House Hunters – Poszukiwacze domów 2** (12) – pr. rozr.
17.45 **House Hunters – Poszukiwacze domów 3** (1, 2) – pr. rozr.
18.50 **Zgłoś remont 4** (2) – rozr.
19.50 **Weekendowa metamorfoza 4** (6) – rozr.
20.45 **Weekendowa metamorfoza** (5) – pr. rozr.
21.40 **Mieszkanie na miarę** (4)
22.35 **Mieszkanie na miarę 2**
23.35 **Letnia chata na lata** (3)
0.30 **Sprzątaczki 2** (4-6)

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (285) – reality show
7.30 **Ewa gotuje** (574, 575) – magazyn kulinarny
8.30 **Z klimatem i z pasją** (247) – pr. publicyst.
9.00 **Dlaczego ja?** (1378-1382) – serial paradokum.
14.00 **Sekrety rodziny** (144) – paradok., Pol.
15.05 **Więzienie kobiet** (98-101) – serial dok.
17.00 **Nasz nowy dom** (362) – reality show
18.10 **Oficer Blart w Las Vegas** – komedia sensacyjna, USA 2015, reż. Andy Fickman, wyk. Kevin James, Raini Rodriguez, 115 min (FILM)

KOMEDIA MUZYCZNA

20.05 **Pitch Perfect** – USA 2012, 150 min (FILM)
Beca dołącza do studenckiego zespołu wokalnego, do którego należy również Amy. Grupa zaczyna rywalizować z męskim chórem.
22.35 **Ostrożnie z dziewczynami** – komedia romant., USA 2002, 100 min (FILM)
0.15 **Elizjum** – dramat s.f., USA 2013, 145 min (FILM)
2.40 **Interwencja** – mag.
2.55 **Wydarzenia**
3.35 **Ewa gotuje** (533, 534) – magazyn kulinarny
4.35 **SuperLudzie** (23)

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.40 **SuperLudzie** (34) – serial dok., Pol. 2019
7.20 **Była sobie Ziemia** (3-7) – serial anim., Francja 2008
10.00 **Trolle 2** – film animowany, USA 2020, reż. Walt Dohrn, 115 min (FILM)
11.55 **Świat według Kiepskich** (105, 520-524) – serial komediowy, Polska
15.00 **Złomiarze** (16, 17) – serial dok., Pol. 2024
17.00 **Świat według Kiepskich** (525-528) – kom., Pol. 2017-2018
19.00 **Kolacja w ciemno** (4, 5) – program rozrywkowy

SENSACYJNY

21.00 **Piekarz** – Kanada/USA 2022, 125 min (FILM)
Pappi, były rządowy zabójca, a teraz piekarz, stawia czoło mafii, której naraził się jego syn. Przestępcy zagrażają także jego wnuczce.
23.05 **Escape Room: Najlepsi z najlepszych** – horror, RPA/USA/Węgry 2021, reż. Adam Robitel, 110 min (FILM)
0.55 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (4) – serial komediowy, Pol. 2021
1.25 **Świat według Kiepskich** (486-490)

TV 6 DVB T

6.00 **Jeźdźcy smoków: Obrońcy Berk** – serial animowany, USA 2014
6.55 **Karate Kid 3** – film przygodowy, USA 1989, reż. John G. Avildsen, wyk. Ralph Macchio, Robyn Lively, Thomas Ian Griffith, Pat Morita, 140 min (FILM)
9.15 **Cobra Kai** (15-19) – serial przygodowy, USA 2018
12.30 **Strażnik Teksasu** (3, 4) – serial sens., USA 1998-1999
14.30 **Poirot** (3, 4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
16.50 **Columbo** (13, 14) – serial kryminalny, USA 1973

KRYMINALNY

20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (27, 28) – USA
Kobieta zostaje zwabiona do pustego apartamentu i brutalnie pobita. Zmasakrowaną ofiarę znajduje Alexx. Horatio kieruje poszukiwaniami jej napastnika.
21.55 **Kości** (95, 96) – krym.
23.50 **Na ratunek duszy** – horror, Meksyk/USA 2021, 125 min (FILM)
1.55 **Krejzi patrol** (13)
2.25 **Kochane pieniądze** (65-67) – paradok., Pol.
5.30 **SuperLudzie Extra** (21) – magazyn

BBC FIRST HD

6.00 **Z pamiętnika położnej 10** (3, 4) – serial obyczajowy
8.00 **Co ludzie powiedzą? 2** (8) – serial kom., Wlk. Bryt.
8.40 **McDonald i Dodds** (2) – serial kryminalny
10.30 **Morderstwa w Midsomer 24** (2) – krym., Wlk. Bryt. 2023
12.20 **Ojciec Brown 5** (8-10) – serial krym.
15.30 **My Life is Murder 4** (3, 4) – serial krym.
17.30 **Ulica nadziei 5** (5) – krym., Wlk. Bryt. 2026
18.35 **Śmierć z dala od palm 4** (6) – krym.
19.50 **Śmierć pod palmami 14** (2) – serial kryminalny

KRYMINALNY

21.00 **Pomost** (4) – Wielka Brytania 2024
Ember pragnie za wszelką cenę ochronić córkę. Do kobiety dociera informacja, że jej mąż mógł być mordercą. Ember musi jeszcze ustalić, co stało się z Amy.
22.15 **Milczący świadek 22** (1, 2)
0.30 **Ojciec Brown 13** (10)
1.30 **Na niebieskich światłach 2** (6)
2.40 **Z pamiętnika położnej 10** (3, 4)
4.40 **Ojciec Brown 5** (10)
5.30 **Co ludzie powiedzą? 2** (8)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

7.30 **Bazgrolinka** (11)
7.40 **Tyciaki** (37, 38)
8.10 **44 Koty** (41, 42)
8.30 **Henrietta** (48-50)
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (28)
9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (120) – mag.
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat**
10.45 **Pamiętnik Florki**
11.05 **Małe i duże przygody Miffy** (34)
11.20 **Świnka Peppa**
11.35 **Stacyjkowo** (95, 96)
11.55 **Strażak Sam** (8, 9)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Halo, halo!** (75)
13.00 **Kocie kalamburki**
13.05 **Hulahoo**
13.20 **Pszczółka Maja** (41)

ANIMOWANY

13.50 **Lupin wśród bajek** (137) – Francja/Włochy/Chiny 2020
Lupin ma złapać pustoszącą uprawy pandę. Zbytnia pewność siebie wilczka sprowadza na wioskę niebezpieczeństwo.
14.05 **Lassie i przyjaciele**
14.30 **Świnka Peppa 8**
14.45 **Kid Lucky** (15, 16)
15.15 **Zwierzaki Czytaki**
15.35 **Bella i Sebastian**
16.05 **Krecio** (51, 52) – anim.
16.35 **Rev and Roll** (15, 16)
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**
17.40 **Piotruś Królik** (2)
18.00 **Kucharz Shane**

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.50 **Kadr na Kino** – mag.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.30 **Ranking Mazura** – program inform.
16.00 **Fakty po południu** – program inform.
18.00 **Dwie strony** – program inform.
19.00 **Kadr na Kino** – magazyn filmowy
19.15 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – program informacyjny Rozmowy dziennikarzy z gośćmi, którzy komentują wydarzenia z kraju i ze świata.

MAGAZYN REPORTERÓW

20.00 **Superwizjer**
Program przybliża pracę dociekliwych dziennikarzy śledczych, którzy zajmują się tropieniem nieprawidłowości w życiu publicznym.
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 **Ranking Mazura**
2.15 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
2.40 **Akademia ogrodnika** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka**
9.10 **Poszukiwacze historii**
10.00 **Łowcy nazistów** (4-6)
13.15 **Świat po klęsce Hitlera** (1, 2) – film dokum., Fr. 2024
15.30 **Tajna historia XX wieku**
15.55 **Niezwykłe pociągi** (12)
17.00 **Polacy za granicą** (151)
18.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (12-16, 221)
21.05 **Wakacje z Bałtykiem** (47, 48) – serial dokum., Pol.
22.00 **Polacy za granicą** (153, 141) – serial dok., Pol.
0.05 **Łowca pedofilów** (147-150) – serial dokum.
2.00 **Jedziemy na ryby!** (12)
3.00 **Dorwać tuńczyka**

FOOD NETWORK HD

9.45 **MasterChef** (7) – pr. rozr.
11.20 **Dziecięce mistrzostwa wypieków: słodkie duety** (9) – magazyn kulin.
12.20 **Kuchnia jak u mamy**
13.30 **Gotowanie z miłości**
14.35 **Molly gotuje na farmie**
15.40 **Kobieta na Dzikim Zachodzie** (5, 6) – mag.
16.45 **Gotowanie z miłości**
17.50 **Wiosenny turniej wypieków** (11)
18.50 **Dziwaczne potrawy** (2)
19.45 **Człowiek kontra jedzenie** (4-6) – mag. kulin.
21.15 **Kuchenne rewolucje**
23.25 **Gdzie zjeść we Włoszech** (4, 5) – dok., Wł.

POLSAT RODZINA HD

12.00 **Rodzina zastępcza** (140-143) – kom., Pol. 2003
14.15 **Pociągi, które zmieniły świat** (6) – dok., Wlk. Bryt.
15.20 **Kultowe pociągi – najwspanialsze podróże koleją** – film dok.
16.30 **Świat z góry** (4, 5) – dok.
17.50 **Sąsiedzi** (19) – serial anim.
18.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (18, 19)
19.00 **Co ludzie powiedzą?** (27-29) – serial komediowy
21.05 **Miodowe lata** (28) – kom.
21.45 **Skok przez miotłę** – kom., USA 2011, 135 min (FILM)
0.00 **II wojna światowa – jednostki specjalne** (6)

BBC LIFESTYLE HD

12.20 **Wielkie kanadyjskie wypieki** (1-3) – pr. rozrywk.
15.20 **Wielkie amerykańskie wypieki 6** (4) – pr. rozrywk.
16.30 **Kurorty sławnych i bogatych** (3, 4) – dok.
18.35 **Hotel Four Seasons przy Park Lane** (4) – serial dok.
19.40 **Wielkie australijskie wypieki 3** (3, 4) – pr. rozr.
22.00 **Joanna Lumley: sekrety pięknych miast** (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2022
23.00 **Słońce, wakacje i operacje** – pr. rozrywk.
0.00 **Wstydliwe choroby: Nastolatki** (1, 2) – serial dok., Wielka Brytania 2008

NICK JR. HD

16.10 **Małe Królestwo Bena i Holly** (15) – serial anim.
16.40 **Psi Patrol 6** (10) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa 4** (5)
17.30 **Pan Krokodyl** (12) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (8) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (7) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (9) – anim.
19.25 **Przygody Misia Paddingtona** (5, 10)
20.00 **Świnka Peppa 2** (48-52)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (20) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (23-25) – anim.

POLSAT NEWS HD

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

TVP KOBIETA DVB T2

14.00 **Rodzinka.pl** (136, 137)
15.00 **Tańcząca ze światem – Oman** (2) – magazyn
15.30 **Ojciec Mateusz 32** (417, 418) – krym., Pol. 2024
17.30 **Tajemnice kultowych seriali** (2) – serial dokum.
18.25 **Kortez na dobry wieczór** – widowisko
19.30 **Miłość i nadzieja** (280)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (261) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **Cztery pory roku w Hawanie** (1) – krym.
22.30 **Wesele w Hamptons** – komedia romantyczna, USA 2023, 105 min (FILM)
0.15 **Sukces** (9-ost.) – obycz.

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **WAGS LA** (5, 6) – dok.
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (4, 5)
14.20 **WAGS LA** (7, 8) – dok.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (10, 11)
20.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (1, 2) – rozr.
22.30 **Plastyczna fuszerka** (18)
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (4, 5)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB T

17.00 **Z Parlamentu Europejskiego**
17.30 **Przełamując bariery**
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – program hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Manna z Nieba**
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Warto być ojcem** – mag.

BBC BRIT HD

8.15 **Top Gear 4** (1, 2) – mag.
10.20 **Allo, allo! 3** (5, 6) – kom.
11.50 **Dym i stal** (1, 2) – dok.
13.50 **Ikony motoryzacji 2** (1, 2)
15.50 **Inżynieryjne katastrofy 2** (10) – dok.
16.50 **Samochód roku 3** (3, 4)
17.50 **Dym i stal** (1, 2) – dok.
19.55 **Ikony motoryzacji 2** (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 2022
21.00 **Inżynieryjne katastrofy 2** (10) – dok.
22.00 **Cuda inżynierii kolejowej** (1) – serial dok.
23.05 **Bolsonaro: chłopcy z Brazylii** (1) – serial dok.
0.10 **Najpotężniejszy książę świata** (2) – dok., Wlk. Bryt.

MINI MINI+ HD

13.21 **Kicia Kocia 2** (11, 12)
13.37 **Robotkowo** (7, 8) – anim.
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Bing** (19, 20) – serial anim.
14.20 **Strażak Sam 16** (19, 20)
14.45 **Looloo Kids** (23) – anim.
15.01 **Gazu, pieski, gazu!** (17)
15.28 **Kicia Kocia 2** (5, 6) – anim.
15.45 **Jeżyk Happy** (26, 1)
16.02 **Marta mówi** (46) – anim.
16.30 **Mega Ekspres** (25, 26)
16.56 **Ciekawski George** (3, 4)
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.55 **Dora i przyjaciele 2** (1-4)
19.40 **Smerfy** (5) – serial anim.
20.08 **Cloudy & Stormy** (1-4)
20.35 **Dolina Muminków 2** (5)
21.01 **Wierszyki domowe** (4)

TVP 3 DVB T2

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

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

Warto zobaczyć

13.35 TVN **Mean Girls**
KOMEDIA MUZYCZNA Po przeprowadzce do USA Cady zaczyna naukę w North Shore High School. Poznaje świat rówieśniczych układów. *Reż.: Samantha Jayne, Arturo Perez Jr., A: Angourie Rice, Reneé Rapp*
USA 2024 **135 min ▶ do godz. 15.50**

13.45 TV 4 **Obsesja**
THRILLER Niezrównoważona współpracownica liczy na romans z szefem. Zostaje odrzucona. Zamienia życie mężczyzny i jego rodziny w piekło. *Reż.: Steve Shill, A: Idris Elba, Beyoncé Knowles, Ali Larter*
USA 2009 **135 min ▶ do godz. 16.00**

15.20 POLSAT **Piraci z Karaibów: Na krańcu świata**
PRZYGODOWY Sparrow przebywa w niewoli. By uratować przyjaciela, Elizabeth i Will jednoczą siły z wrogiem. *Reż.: Gore Verbinski, A: Johnny Depp, Geoffrey Rush, Orlando Bloom*
USA 2007 **210 min ▶ do godz. 18.50**

17.40 TVN 7 **Przychodzi facet do lekarza**
KOMEDIA Hipochondryk uprzykrza życie dr. Zvence. By pozbyć się natręta, lekarz knuje intrygę z udziałem siostry. *Reż.: Dany Boon, A: Dany Boon, Kad Merad, Alice Pol*
Francja/Belgia 2014 **140 min ▶ do godz. 20.00**

17.40 STOPKLATKA **Dobry rok**
KOMEDIODRAMAT Londyńczyk dziedziczy posiadłość w Prowansji. Początkowo chce ją sprzedać. W nowym miejscu znajduje radość i miłość. *Reż.: Ridley Scott, A: Russell Crowe, Albert Finney, Marion Cotillard*
USA/Wlk. Bryt. 2006 **140 min ▶ do godz. 20.00**

17.45 COMEDY CENTRAL **Poznaj mojego tatę**
KOMEDIA Greg, sanitariusz z Nowego Jorku, zamierza się oświadczyć. Zabiega o akceptację przyszłego teścia, który skrywa pewien sekret. *Reż.: Jay Roach, A: Robert De Niro, Ben Stiller, Blythe Danner*
USA 2000 **135 min ▶ do godz. 20.00**

21.00 SUPER POLSAT **Bank**
SENSACYJNY Agent Interpolu, Salinger, wpada na trop afery finansowej. Pomaga mu asystentka prokuratora generalnego Eleanor Whitman. *Reż.: Tom Tykwer, A: Clive Owen, Naomi Watts, Armin Mueller-Stahl*
Niemcy/USA 2009 **150 min ▶ do godz. 23.30**

22.10 STOPKLATKA **Ognisty podmuch**
SENSACYJNY Chicago. Bracia Stephen i Brian pracują jako strażacy. W mieście wybucha seria pożarów. Trop prowadzi do lokalnego polityka. *Reż.: Ron Howard, A: Kurt Russell, William Baldwin, Robert De Niro*
USA 1991 **170 min ▶ do godz. 1.00**

→ filmowe hity

Grupa śmiałków bierze udział w misji kosmicznej, od której zależy los planety.

20.00 TV PULS **Moonfall**
KATASTROFICZNY Wytrącony z orbity Księżyc zaczyna zmierzać w kierunku Ziemi. Ludzkości grozi zagłada.

HIT DNIA Seria trudnych do wytłumaczenia zjawisk sprawia, że Księżyc wypada z orbity i obiera kurs kolizyjny z Błękitną Planetą. Była astronautka Jocinda Fowler dochodzi do wniosku, że to pewna tajemnicza siła o nieznanym pochodzenia zdestabilizowała trajektorię naturalnego satelity Ziemi, czego efektem jest ogromne niebezpieczeństwo. Jej koncepcja nie znajduje jednak poparcia większości naukowców i polityków. Wśród nielicznej grupy osób, które wierzą w przypuszczenia Fowler, są specjalista od teorii spiskowych KC Houseman oraz emerytowany kosmonauta Harper. To z ich pomocą Jocinda przygotowuje misję, od której zależy przyszłość ludzkości. W trakcie ekspedycji dochodzą oni do przerażającego wniosku, że Srebrny Glob nie jest obiektem, za który był dotąd uważany. HD **145 min ▶ do godz. 22.25**

USA/Wlk. Bryt./Kan. 2022 **Reż.:** Roland Emmerich **Wyst.:** Halle Berry, Patrick Wilson, John Bradley, Michael Peña

19.45 TVN **Indiana Jones i Królestwo Kryształowej Czaszki**
PRZYGODOWY Czasy zimnej wojny. Indiana Jones (Harrison Ford) poszukuje w Peru legendarnego artefaktu. Nie może pozwolić, by wpadł on w ręce Sowietów.
Reż.: Steven Spielberg Wyst.: Shia LaBeouf
USA 2008 HD **155 min ▶ do godz. 22.20**

20.00 POLSAT **Zielona mila**
OBYCZAJOWY Rok 1935. Do zakładu karnego Cold Mountain trafia skazany za morderstwo John. Okazuje się, że potrafi on uzdrawiać. Szef strażników Paul Edgecomb (Tom Hanks) stara się o jego ułaskawienie.
Reż.: Frank Darabont Wyst.: David Morse
USA 1999 HD **240 min ▶ do godz. 0.00**

20.00 TVN 7 **Zabójcy**
SENSACYJNY Rath (Sylvester Stallone) ma zlikwidować świadka. Ubiega go inny płatny morderca. Zleceniodawca wynajął obu do jednego zadania. Rozpoczyna się zacięta rywalizacja, w której stawką jest życie.
Reż.: Richard Donner Wyst.: Antonio Banderas
USA/Fr. 1995 HD **165 min ▶ do godz. 22.45**

20.00 STOPKLATKA **Królowie ulicy**
THRILLER Sięgający po brutalne metody policjant Tom Ludlow (Keanu Reeves) chce odsunąć od siebie podejrzenie o popełnienie zabójstwa. Razem z kolegą wpada na ślad korupcyjnych powiązań w swojej jednostce.
Reż.: David Ayer Wyst.: Forest Whitaker
USA 2008 HD **130 min ▶ do godz. 22.10**

22.25 TV PULS **Demonstracja siły**
SENSACYJNY Coates (Steven Seagal) specjalizuje się w nielegalnych interesach. W drogę wchodzi mu Iceman, który chce przejąć handel narkotykami na jego terytorium. Na ulicach rozpoczyna się wojna o władzę.
Reż.: Keoni Waxman Wyst.: Ving Rhames
USA 2013 HD **140 min ▶ do godz. 0.45**

22.30 TVP KOBIETA **Labirynt**
THRILLER Sześcioletnia Anna zostaje uprowadzona. Detektyw Loki z braku dowodów zwalnia podejrzanego z aresztu. Ojciec porwanej dziewczynki, Keller (Hugh Jackman), zamierza samodzielnie rozwiązać sprawę.
Reż.: Denis Villeneuve Wyst.: Jake Gyllenhaal
USA 2013 **165 min ▶ do godz. 1.15**

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

filmowe hity

Agentka i jej podopieczna stają do bezwzględnej walki z wrogami.

22.20 TVN

Ścigane

SENSACYJNY Próba porwania nastolatki zamienia rutynowe zadanie w dramatyczną walkę o życie.

HIT DNIA

Wyszkolona do misji antyterrorystycznych Sam dostaje zadanie polegające na zapewnieniu bezpieczeństwa Zoe. Wydaje się, że ochrona bogatej dziedziczki nie jest zbyt trudna dla zaprawionej w bojach funkcjonariuszki. Wszystko się jednak zmienia, kiedy dochodzi do brutalnej próby porwania jej podopiecznej. Obu kobietom udaje się uciec, ale czekają na nie kolejne niebezpieczeństwa. Odtąd agentka i przerażona nastolatka, aby przetrwać, muszą zabijać. Ich tropem podążają bezwzględni wrogowie. HD 115 min ▶ do godz. 0.15

Wlk. Bryt./USA 2019 **Reż.:** Vicky Jewson **Wyst.:** Noomi Rapace, Sophie Nélisse, Indira Varma, Eoin Macken, Olivia Jewson

sport

11.45 POLSAT SPORT 1

Kanada – Polska

SIATKÓWKA LIVE

Na starcie Ligi Narodów 2026 podopieczne Stefana Lavariniego pokonały m.in. Belgijki i Czeszki, a uległy Chinkom. Przed nimi ostatnie spotkanie w turnieju w Bangkoku. Kanada niedawno wygrała z reprezentacją USA w trzech setach. HD 135 min ▶ do godz. 14.00

17.50 TVP 2

Hiszpania – Arabia Saudyjska

PIŁKA NOŻNA LIVE

Na początku czerwca La Roja sprawiła swoim fanom niemiłą niespodziankę, tylko remisując z Irakiem 1:1. Strata przez nią punktów w tym meczu mundialowej grupy H byłaby sensacją. HD 135 min ▶ do godz. 20.05

rozrywka

12.35 TVN

Ugotowani

REALITY SHOW Mama, barman, drifter i kapitan to uczestnicy kulinarnego pojedynku, który odbędzie się w Trójmieście. Każdy z nich stara się zachwycić konkurentów daniami i zdobyć wygraną. Pytanie, czy tak różne osobowości odnajdą wspólny język przy stole. HD 60 min ▶ do godz. 13.35

15.10 TVP 2

Szansa na sukces. Opole 2026

WIDOWISKO Wokaliści amatorzy wykonają utwory skomponowane przez Jarosława Kukulskiego. W latach 70. XX wieku był on autorem największych sukcesów Anny Jantar. Prowadzi Artur Orzech. HD 65 min ▶ do godz. 16.15

20.00 HBO

Kaskader

KOMEDIA SENSACYJNA

Po kontuzji Colt (Ryan Gosling) porzuca karierę kaskadera i ukochaną kamerzystkę Jody. Bez słowa zrywa ze wszystkimi kontakt. Mija 18 miesięcy. Producentka domaga się jego powrotu do branży.

Reż.: David Leitch Wyst.: Emily Blunt USA 2024 HD 125 min ▶ do godz. 22.05

20.00 C+ PREMIUM

Protector

SENSACYJNY Córka byłej żołnierki (Milla Jovovich) zostaje uprowadzona przez gang handlarzy ludźmi. Zdeterminowana matka wykorzystuje zdobyte przez lata służby umiejętności, żeby rozprawić się z bandytami.

Reż.: Adrian Grunberg Wyst.: Isabel Myers USA 2025 HD 95 min ▶ do godz. 21.35

19.15 C+ SPORT

PRES Toruń – Motor Lublin

ŻUŻEL LIVE Drugie w tym sezonie Ekstraligi starcie mistrza z wicemistrzem Polski. W pierwszym zdecydowanie lepsi byli Lublinianie, którzy zwyciężyli 56:34. Emil Sajfutdinow i spółka liczą na rewanż. HD 135 min ▶ do godz. 21.30

21.00 C+ DOMO

Pomocy! Kupiliśmy wioskę

LIFESTYLE Wiele wiosek w zachodniej i południowej Europie się wyludnia. Ich malownicze położenie przyciąga ludzi gotowych tchnąć w te miejsca nowe życie. Odnawiają oni budynki i zapraszają turystów. HD 50 min ▶ do godz. 21.50

22.45 TVN 7

Oszukać przeznaczenie 3

HORROR Wendy (Mary Elizabeth Winstead) i jej przyjaciele uchodzą z życiem z wypadku kolejki górskiej. Okazuje się, że niebezpieczeństwo nie minęło. Rozpoczyna się wyścig z tym, co nieuniknione.

Reż.: James Wong Wyst.: Ryan Merriman USA 2006 HD 105 min ▶ do godz. 0.30

23.35 TVP 1

Eiffel

BIOGRAFICZNY W 1889 roku w Paryżu ma się odbyć wystawa światowa. Francuski rząd pragnie olśnić zwiedzających. Inżynier Eiffel (Romain Duris) postanawia skonstruować wieżę ze stali. Uparcie dąży do realizacji celu.

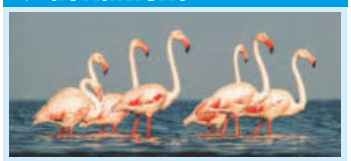
Reż.: Martin Bourboulon Wyst.: Emma Mackey Fr./Belgia 2021 HD 115 min ▶ do godz. 1.30

20.50 TVP 1

Belgia – Iran

PIŁKA NOŻNA LIVE Faworytami tego spotkania są Czerwone Diabły. Irańczycy jednak tanio skóry nie sprzedadzą. Zwłaszcza że mogą liczyć na doping swoich fanów. Mecz odbędzie się w Los Angeles, gdzie żyje największa irańska diaspora. HD 165 min ▶ do godz. 23.35

dokument



13.10 TVP 1

Planeta Ziemia 3

NATURA Na Wybrzeżu Szkieletów w Namibii lwy polują na ptaki. W lagunach meksykańskiego Jukatanu, mimo dużego zasolenia, gniazdują flamingi karaibskie. Autorzy odwiedzą też lęgowiska żółwi. HD 65 min ▶ do godz. 14.15

TVP 1 HD DVB-T2

5.25 **Sprawa dla reportera** – magazyn interwencyjny
6.20 **Słownik polsko@polski** (676) – talk-show prof. Jana Miodka
6.50 **Słowo na niedzielę**
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach**
8.00 **Tydzień** – magazyn rolniczy
8.30 **Stawka większa niż życie** (4, 5): Café Rose; Ostatnia szansa – serial wojenny, Polska
10.55 **Ojciec Mateusz 14** (179): Geniusz – serial kryminalny, Polska 2015
11.55 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.00 **Anioł Pański**
12.15 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.45 **Portret kapłana:** Ks. Paweł – cykl reportaży, Polska 2026
13.10 **BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3** (1) – serial dokumentalny, Wielka Brytania
14.15 **Dom** (21): Naiwne pytania – serial obyczajowy, Polska 2000
16.00 **Dziedzictwo** (955) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.35 **Żona dla Polaka** (3) – 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 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

TVP 2 HD DVB-T2

4.25 **Barwy szczęścia** (3336, 3337) – serial obyczajowy, Polska 2026
5.30 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
5.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy F: Tunezja – Japonia (LIVE)
8.25 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
8.50 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.20 **Tamte lata, tamte dni** – magazyn kulturalny
11.55 **Lato z Radiem i Telewizją Polską:** Bielsko-Biała – widowisko
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** (1867) – teleturniej
15.10 **Szansa na sukces. Opole 2026** (8): Piosenki Jarosława Kukulskiego – widowisko
Wokaliści wykonają utwory kompozytora, który w latach 70. XX w. był autorem największych sukcesów Anny Jantar. To dla niej stworzył przeboje „Najtrudniejszy pierwszy krok" czy „Tyle słońca w całym mieście".
16.15 **Festiwal Zaczarowanej Piosenki – koncert finałowy** (2) – koncert
Sześciu najlepszych uczestników konkursu w kategorii 10-16 lat zaśpiewało w finale przed jury pod przewodnictwem Marka Dutkiewicza. Koncert poprowadzili Anna Dymna, Mateusz Janicki oraz Maciej Musiał.
17.20 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

POLSAT HD DVB-T2

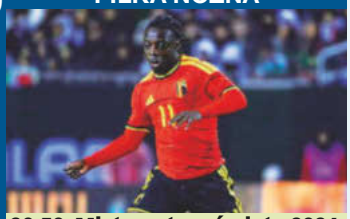
4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.00 **halo tu polsat** – magazyn
11.25 **Sezon na misia 3** – film animowany, USA 2010, reż. Cody Cameron, 90 min (FILM)
Niedźwiedź Boguś poznaje pracującego w cyrku grizli, który wygląda dokładnie tak jak on. Zwierzęta postanawiają przeżyć przygodę życia. Zamieniają się miejscami. Niebawem naiwny Boguś wpada w tarapaty.
12.55 **Smerfy** – film familijny, USA 2011, reż. Raja Gosnell, wyk. Hank Azaria, Neil Patrick Harris, Jayma Mays, Sofía Vergara, 145 min (FILM)
Uciekając przed Gargamelem, smerfy przedostają się przez magiczny portal do świata, który nie przypomina niczego, co do tej pory widziały – do Nowego Jorku. Papa Smerf i jego rodzina szukają drogi powrotnej do domu. Wróg depcze im po piętach.
15.20 **Piraci z Karaibów: Na krańcu świata** – film przygodowy, USA 2007, reż. Gore Verbinski, wyk. Johnny Depp, Geoffrey Rush, Orlando Bloom, Keira Knightley, 210 min (FILM)
Jack Sparrow przebywa w tajemniczym Luku Davy'ego Jonesa. Jego kompani jednoczą siły z dawnym wrogiem. Ruszają w pełną przygód podróż.
18.50 **Wydarzenia, sport i pogoda**
19.35 **Państwo w państwie** (617) – program publicystyczny

TVN HD DVB-T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1675) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Bez kompleksów** (7) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.25 **Kobieta na krańcu świata** (3) – serial dokumentalny, Polska 2025
12.00 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
12.35 **Ugotowani** (3) – program kulinarno-rozrywkowy
13.35 **Mean Girls** – komedia muzyczna, USA 2024, reż. Samantha Jayne, wyk. Angourie Rice, Reneé Rapp, Tina Fey, Jon Hamm, 135 min (FILM)
Szesnastoletnia Cady Heron przeprowadza się z matką z Kenii do Stanów Zjednoczonych. Rozpoczyna naukę w North Shore High School. Poznaje świat rówieśniczych układów.
15.50 **Gniew tytanów** – film przygodowy, USA/Hiszpania 2012, reż. Jonathan Liebesman, wyk. Liam Neeson, Ralph Fiennes, Sam Worthington, Rosamund Pike, 130 min (FILM)
Bogowie tracą kontrolę nad tytanami oraz ich przywódcą, potężnym Kronosem. Na ziemi rozpętuje się prawdziwe piekło. Perseusz razem z grupą śmiałków wyrusza do Tartaru, by ratować Zeusa i całą ludzkość.
18.00 **Kuchenne rewolucje** (2): Siedliszcze – Bistro 12 – program rozrywkowy
19.00 **Fakty, sport i pogoda**

20

PIŁKA NOŻNA

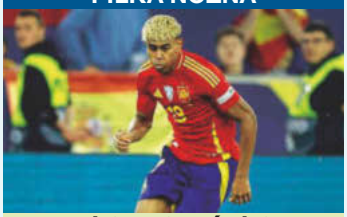


20.50 Mistrzostwa świata 2026: mecz grupy G: Belgia – Iran (LIVE)

Czerwone Diabły tuż przed mundialem pokonały Chorwację 2:0. Jeśli nie spuszczą z tonu, Irańczycy będą w opałach. Oni z kolei mogą liczyć na głośny doping swoich fanów. Mecz odbędzie się bowiem w Los Angeles, gdzie żyje największa irańska diaspora.

23.35 **Eiffel** – dramat biograficzny, Francja/Belgia/Niemcy 2021, reż. Martin Bourboulon, wyk. Romain Duris, Emma Mackey, Pierre Deladonchamps, Armande Boulanger, 115 min (FILM)
Lata 80. XIX w. W Paryżu ma się odbyć światowa wystawa. Francuski rząd chce olśnić gości. Zleca Eifflowi stworzenie wyjątkowego projektu.
1.30 **63. KFPP w Opolu – Premiery** – skrót koncertu
2.35 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
2.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy G: Nowa Zelandia – Egipt (LIVE)
5.20 **Sprawdzamy** – magazyn
5.40 **Zakończenie**

PIŁKA NOŻNA



17.50 Mistrzostwa świata 2026: Hiszpania – Arabia Saudyjska (LIVE)

W drugiej kolejce La Furia Roja zmierzy się z teoretycznie o wiele słabszym od siebie rywalem. Każdy inny wynik niż efektowna wygrana mistrzów Europy będzie sensacją. Co ciekawe, po raz pierwszy w historii w kadrze Hiszpanii nie ma żadnego piłkarza Realu Madryt.

20.05 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
20.25 **Postaw na milion** – teleturniej
21.25 **Prywatka u Wojtka, czyli benefis Wojciecha Gąssowskiego** (1, 2) – widowisko
23.35 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
23.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy H: Urugwaj – Republika Zielonego Przylądka (LIVE)
2.30 **Wszystko albo nic** – komedia romantyczna, Czechy/Słowacja/Polska 2017, reż. Marta Ferencová, wyk. Tatiana Pauhofová, Klára Issová, Michał Żebrowski, Lubo Kostelný, 110 min (FILM)
4.20 **Zakończenie**

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 Zielona mila – USA 1999, 240 min (FILM)

Rok 1935. Do zakładu karnego trafia John. Wychodzi na jaw, że jest obdarzony uzdrowicielską mocą. Szef strażników, Paul, odkrywa prawdę o jego niesłusznym skazaniu za zbrodnię. Adaptacja prozy Stephena Kinga w reżyserii Franka Darabonta, twórcy „Skazanych na Shawshank".

0.00 **Wyzwanie** – dramat kryminalny, Polska 2020, reż. Maciej Dutkiewicz, wyk. Eryk Lubos, Rafał Królikowski, Aleksandra Popławska, Katarzyna Dąbrowska, 145 min (FILM)
Jacek i Marek pracują w wydziale kryminalnym policji. Gdy jeden z nich zostaje wysłany na wcześniejszą emeryturę, drugi również oddaje odznakę. Mężczyźni otwierają pub na Mazurach. Niebawem w pobliskim jeziorze zostaje znalezione ciało.
2.25 **Świat według Kiepskich** (585-587): Święta Kluska; Janusz i Adelajda; Wróżba – serial komediowy, Polska 2021
4.10 **Kabaretowa Ekstraklasa**

PRZYGODOWY

19.45 Indiana Jones i Królestwo Kryształowej Czaszki – USA 2008, 155 min (FILM)

Czwarta część popularnej serii o perypetiach nieustraszonego archeologa. Czasy zimnej wojny. Indiana Jones wyrusza z młodym Muttem do Peru na poszukiwania legendarnej Kryształowej Czaszki. Nie mogą pozwolić, by cenny przedmiot wpadł w ręce Sowietów.

22.20 **Ścigane** – dramat sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2019, reż. Vicky Jewson, wyk. Noomi Rapace, Sophie Nélisse, Indira Varma, Eoin Macken, 115 min (FILM)
0.15 **Posejdon** – film katastroficzny, Japonia/USA 2006, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Kurt Russell, Josh Lucas, Richard Dreyfuss, Jacinda Barrett, 130 min (FILM)
2.25 **Szpital św. Anny** (119) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.30 **Superwizjer** – magazyn reporterów
4.05 **Uwaga!** – magazyn reporterów
4.20 **Największe polskie katastrofy** (1) – serial dokum.
5.15 **Nauka jazdy 5** (6) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.05 Szkoła (739) – serial paradokumentalny, Polska 2019

6.05 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2 (21) – program rozrywkowy

7.00 Nowe Zwariowane Melodie (32-34) – serial animowany, USA 2018

7.45 Pinokio – film fantasy, Włochy/Francja/Wielka Brytania 2019, reż. Matteo Garrone, wyk. Federico Ielapi, Roberto Benigni, Rocco Papaleo, Massimo Ceccherini, 160 min
FILM
Stolarz Gepetto struga z magicznego drzewa pajacyka. Obdarza go ojcowską miłością. Drewniany chłopiec często popada w kłopoty. Pewnego dnia zostaje uprowadzony.

10.25 Ukryta prawda (1409-1412) – serial paradokumentalny, Polska 2022

14.35 Szpital św. Anny (11, 12) – serial obyczajowy, Polska 2025

16.35 Detektywi (326): Jajo Faberge – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026

17.40 Przychodzi facet do lekarza – komedia, Francja/Belgia 2014, reż. Dany Boon, wyk. Dany Boon, Kad Merad, Alice Pol, Jean-Yves Berteloot, 140 min
FILM
Hipochondryk Faubert uprzykrza życie zaprzyjaźnionemu doktorowi Zvence. Mający już dość natręta mężczyzna realizuje własny plan jego wyleczenia. Remedium ma być miłość. W intrygę angażuje swoją siostrę Annę.

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Taki jest świat 11 (25) – program informacyjny

6.35 Don Matteo: Boski detektyw 14 (13, 14) – serial kryminalny, Włochy 2024

8.50 Zaklinaczka duchów 3 (62) – serial fantasy, USA 2008

9.45 Zaklinaczka duchów 4 (63) – serial fantasy, USA 2008-2009

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

12.50 Kajtek Czarodziej – film fantasy, Polska/Czechy/Słowacja 2023, reż. Magdalena Łazarkiewicz, wyk. Eryk Biedunkiewicz, Grzegorz Damięcki, Maja Komorowska, Karolina Gruszka, 125 min
FILM

14.55 W imię króla – film przygodowy, Niemcy/Kanada/USA 2007, reż. Uwe Boll, wyk. Jason Statham, Leelee Sobieski, John Rhys-Davies, Ron Perlman, 160 min
FILM
Armia czarownika podbija krainę Ehb. Żądny zemsty wojownik staje się postrachem najeźdźców.

17.35 Need for Speed – film sensacyjny, USA/Filipiny/Irlandia 2014, reż. Scott Waugh, wyk. Aaron Paul, Dominic Cooper, Imogen Poots, 145 min
FILM
Kierowca rajdowy Tobey wychodzi na wolność po odbyciu kary za przestępstwo, w które wrobił go wspólnik. Aby się zemścić, startuje w ryzykownych wyścigach ulicznych. Były kompan wyznacza nagrodę za jego głowę.

PULS 2 HD DVB-T2

6.00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (6) – program rozrywkowy

7.00 Taki jest świat 11 (25) – program informacyjny

7.25 Aukcja w ciemno 3 (22-24) – serial dokumentalny, USA 2013

9.00 Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (6-8) – serial dokumentalny, Polska 2015

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

12.50 Zwariowany weekend – komedia, Francja/Włochy 1968, reż. Robert Dhéry, wyk. Louis de Funes, Andréa Parisy, Franco Fabrizi, Michele Alexandre, 120 min
FILM

14.50 Najpiękniejsze baśnie: Rogata miłość – baśń filmowa, Czechy 2009, reż. Hynek Bočan, wyk. Jiří Mádl, Tatiana Pauhofová, Jiřina Bohdalová, Pavel Zedníček, 120 min
FILM

16.50 Najpiękniejsze baśnie: Historia Kopciuszka – film familijny, Niemcy 2010, reż. Susanne Zanke, wyk. Emilia Schüle, Max Felder, Simone Thomalla, Johanna Paliege, 115 min
FILM

18.45 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Gwiazdy i dukaty – baśń filmowa, Niemcy 2011, reż. Maria von Heland, wyk. Meira Durand, Juliane Köhler, Rufus Beck, Thomas Loibl, 75 min
FILM

NETFLIX

BIUROWY ROMANS

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

▶kom. romant., USA 2026; 114 min

ODRZUCENI

Rok 1854, terytorium Waszyngtonu. Dwie pochodzące z różnych światów rodziny stają do walki o ziemię, na której odkryto cenne złoża srebra. Na czele rywalizujących klanów stoją dwie silne kobiety – Constance Van Ness (Gillian Anderson) oraz Fiona Nolan (Lena Headey).

▶serial western (10 odc.), USA 2025

THE BOROUGHS

The Boroughs to pozornie idylliczne osiedle dla emerytów. Nowy mieszkaniec, Sam Cooper (Alfred Molina), pewnej nocy odkrywa jednak, że w okolicy czai się niebezpieczeństwo. Lekceważony przez władze łączy siły z grupą barwnych outsiderów, by wraz z nimi ujawnić mroczną tajemnicę osady.

▶serial fantasy (8 odc.), USA 2026

LEGENDY

Na początku lat 90. brytyjski urząd celno-skarbowy nie radził sobie z falą przemytu narkotyków. W odpowiedzi powstała elitarna grupa funkcjonariuszy, którzy mieli przeniknąć do najgroźniejszych gangów w kraju. Nie byli to doświadczeni agenci działający pod przykrywką, lecz zwyczajni urzędnicy.

▶krym. (6 odc.), Wlk. Bryt. 2026

SENSACYJNY

20.00 Zabójcy – USA/Francja 1995, 165 min
FILM

Płatny morderca Robert Rath ma zlikwidować chronionego przez FBI świadka. Ubiega go inny zabójca, Miguel Bain. Rath, bojąc się, że rywal chce zająć jego miejsce, przyjmuje kolejne zlecenie. Celem jest pewien Holender i współpracująca z nim Electra.

22.45 Oszukać przeznaczenie 3 – horror, USA/Niemcy 2006, reż. James Wong, wyk. Mary Elizabeth Winstead, Ryan Merriman, Kris Lemche, Alexz Johnson, 105 min
FILM
Wendy i jej znajomi wybierają się do lunaparku. Udaje im się uniknąć wypadku. Okazuje się jednak, że zagrożenie nie minęło.

0.30 Jestem legendą – film s.f., USA/Australia 2007, reż. Francis Lawrence, wyk. Will Smith, Alice Braga, Charlie Tahan, Salli Richardson, 140 min
FILM

2.50 Żyjąc z potworem 8 (10) – serial dokumentalny, USA 2020

3.50 Fachowcy 2 (9) – serial paradokumentalny, Polska 2018

4.30 Dorota was urządzi! (8) – program rozrywkowy

KATASTROFICZNY

20.00 Niedziela z gwiazdami: Moonfall – USA/Chiny/Wielka Brytania 2022, 145 min
FILM
HIT DNIA

Księżyc obiera kurs kolizyjny z Ziemią. Była astronautka Jocinda Fowler wraz z emerytowanym astronautą Brianem Harperem i specjalistą od teorii spiskowych KC Housemanem przygotowuje misję kosmiczną, od której zależy los całej ludzkości. Śmiałkowie zdają sobie sprawę z tego, że Srebrny Glob wcale nie jest tym, za co wszyscy go do tej pory uważali.

22.25 Demonstracja siły – film sensacyjny, USA 2013, reż. Keoni Waxman, wyk. Steven Seagal, Ving Rhames, Danny Trejo, Bren Foster, 140 min
FILM
Coates specjalizuje się w nielegalnych interesach. W drogę wchodzi mu gangster, który chce przejąć kontrolę nad handlem narkotykami na jego terytorium.

0.45 Zabójca idealny – thriller s.f., USA/Hiszpania/Szwecja 2016, reż. Titus Paar, wyk. Steven Seagal, Sasha Jackson, Vernon Wells, Johnny Messner, 95 min
FILM

2.20 Zobacz to! – pr. powtórkowe

FANTASY

20.00 Solomon Kane: Pogromca zła – Francja/Czechy/Wielka Brytania 2009, 120 min
FILM

XVII wiek. Wędrując po świecie, wojownik Solomon Kane poszukuje wysłanników ciemności. Nie zawsze staje po stronie dobra. W końcu diabeł oznajmia łowcy, że czeka go wieczne potępienie. Pod wpływem tej groźby Kane wstępuje do klasztoru. Po pewnym czasie wpada na trop czarodzieja, odpowiedzialnego za śmierć jego bliskich.

22.00 Dzielnica strachu 9 (393-397) – serial kryminalny, Polska 2025
Na strychu kamienicy znaleziono ciało młodej kobiety. Zmarła ona przed dwoma tygodniami i nie pochodzi z Gorczaka. Nowakowska przesłuchuje podejrzanego, którego wskazała emerytka.

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 9 (470) – serial obyczajowy, Polska 2021

4.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (176) – serial obyczajowy, Polska 2019

5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (491) – serial obyczajowy, Polska 2022

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 Smerfy – film familijny, USA 2011, reż. Raja Gosnell, wyk. Hank Azaria, Neil Patrick Harris, Jayma Mays, Sofía Vergara, 100 min
7.40 Nocny lot (6) – serial sensacyjny, Wlk. Bryt.
8.40 Zabójcza broń 3 (8, 9) – serial sensacyjny, USA 2018
10.40 MacGyver (12-16) – serial akcji, USA 2016-2017
15.25 FBI: Most Wanted 2 (14, 15) – serial kryminalny, USA 2020
17.10 FBI: Most Wanted 3 (1-3) – serial kryminalny, USA 2020, wyk. Roxy Sternberg

TVP SERIALE

5.50 Na sygnale (851) – serial fab.-dokum.
6.30 Czterdziestolatek (13-15) – serial obycz.
9.50 U Pana Boga w ogródku (5-7) – serial kom., Pol. 2008
12.30 Czterej pancerni i pies (1) – serial wojenny, Polska 1966
13.35 Ojciec Mateusz 28 (368) – krym., Pol. 2022
14.30 Ojciec Mateusz 29 (369) – krym., Pol. 2023
15.30 Komisarz Alex 24 (300) – serial krym., Polska 2025
16.30 Ranczo 7 (90) – serial obyczajowy, Pol. 2013
17.30 Czterej pancerni i pies (2, 3) – serial wojenny, Polska 1966

TVP KULTURA HD

9.55 Londyn – stolica kontrastów – dok.
11.10 Kosmos 1999 (6) – s.f.
12.25 Opole – koncertowe wspomnienia (7)
12.45 15. Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole 77. Koncert Pastele Światła rampy – komediodramat, Fr./USA 1952, 150 min
16.35 Kariera Nikodema Dyzmy (6) – obycz.
17.45 TVP Kultura na Festiwalu „Dwa Teatry" – Sopot 2026 – reportaż
18.15 Teatr Telewizji: Żeglarz – sztuka Jerzego Szaniawskiego, Polska 1972

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 4 (4)
7.00 Miss mokrego podkoszulka – kom., Polska 2002, 70 min
8.10 Czterej muszkieterowie – film przyg., USA/Wielka Brytania/Hiszp. 1974, 130 min
10.20 Indiana Jones. Ikona popkultury – film dokum., Fr. 2023
11.35 The Office PL 2 (4-6)
13.25 W sieci wojny – thriller, USA 2025, 130 min
15.35 Punkty zwrotne – thriller, Hiszpania 2024, 115 min
17.30 Rebeliant – dramat biograficzny, USA 2016, 160 min

CANAL+ PREMIUM HD

10.00 P! Dumna królewna – film animowany, Czechy 2024, reż. Radek Beran, 80 min
11.20 Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023, 115 min
13.15 Prawdziwa historia szeregowca Ryana – film dok., Fr. 2026
14.10 Ultimatum Bourne'a – film sensacyjny, USA/Niem. 2007, 110 min
16.00 Saga „Zmierzch": Zaćmienie – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 120 min
18.00 Premierowa jazda – magazyn
18.15 Kopnięci w czasie – komedia, Francja/Belgia 2025, 105 min

HBO HD

7.35 Policja zastępcza – komedia sensacyjna, USA 2010, 105 min
9.20 Istoty fantastyczne – komediodramat, USA 2024, 105 min
11.05 Wszystko pół na pół – komedia, Niemcy 2024, 110 min
12.55 Życie – dram. obycz., Wielka Brytania/Jap./Szwecja 2022, 100 min
14.35 Czarne bractwo – film biograficzny, USA 2018, 130 min
16.45 Dotknięci miłością – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/Irlandia 2024, 105 min
18.30 Kung Fu Panda 4 – film anim., Chiny/USA 2024, 90 min

20

KOMEDIA SF

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

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

22.25 Bodyguard Zawodowiec – kom. sens., USA/Hongkong/Bułgaria 2017, 140 min
0.45 Hostel – horror, USA 2005, 120 min
2.45 Hostel 2 – horror, USA 2007, 105 min

KRYMINALNY

19.40 Ojciec Mateusz 29 (370-372) – Pol. 2023

Do kościoła wpada ranny mężczyzna, który nie pamięta, kim jest. Ksiądz udziela mu pomocy. Natalia próbuje wspomóc go w odzyskaniu wspomnień. Niebawem zostaje porwana.

22.35 Ranczo 7 (91) – obycz.
23.30 Ranczo 8 (92) – obycz.
0.20 Rodzinka.pl (290, 291) – kom., Pol.
1.35 Korona królów. Jagiellonowie (5, 6)
2.35 Erynie (4) – krym., Pol.
3.35 Ratownicy (13-ost.)
4.35 Polowanie na ćmy (2) – serial hist., Polska

SENSACYJNY

20.00 Borsalino i spółka – Francja/Włochy 1974, 115 min

Marsylia, 1930 r. Szef mafii Roch Siffredi zabija mordercę przyjaciela. Jego brat, Volpone, przygotowuje krwawy odwet. Przejmuje kontrolę w przestępczym świecie.

21.55 Kulturalni (23) – mag.
22.50 Tom Cruise: ostatnia gwiazda filmu – film dokum., Wielka Brytania 2023
0.15 Restart
0.50 Żona – dramat obycz., Wlk. Bryt./Szwecja/USA 2017, 115 min

KRYMINALNY

20.10 Zbrodnie w Ystad (5, 6-ost.)

Iris wciąż zmaga się z traumą po stracie męża. Dowiaduje się, że śledztwo dotyczące zaginięcia Benjamina zostało już zamknięte. Nie zamierza się z tym pogodzić.

22.15 Wszystkie pieniądze świata – dramat sensacyjny, USA/Włochy/Wielka Brytania 2017, 155 min
0.50 Daaaaaali! – komediodramat, Francja 2023, 90 min
2.20 Kryptonim Polska (1-3) – kom., Pol. 2022

DRAMAT SENSACYJNY

20.00 P! Protector – USA 2025, 95 min

Handlarze ludźmi porywają Chloe, nastoletnią córkę doświadczonej żołnierki Nikki Halsted. Zdeterminowana matka nie cofnie się przed niczym, by ich dopaść.

21.35 Jeszcze jeden strzał – thriller, Wielka Brytania/USA 2024, reż. James Nunn, wyk. Scott Adkins, 100 min
23.15 Pies 51 – thriller, Francja 2025, 105 min
1.00 Kruk – thriller, Wielka Brytania/Francja/USA 2024, 110 min

KOMEDIA SENSACYJNA

20.00 Premiera: Kaskader – USA 2024, 125 min

Po kontuzji Colt porzuca karierę kaskadera i ukochaną, Jody. Bez słowa zrywa ze wszystkimi kontakt. Mija 18 miesięcy. Producentka Gail domaga się jego powrotu do branży.

22.05 Our Son – dramat obyczajowy, USA 2023, reż. Bill Oliver, 100 min
23.45 Złodziej z przypadku – thriller, USA 2025, 105 min
1.30 Joe Baby – thriller, USA 2024, 90 min
3.00 Ród smoka 3 (1) – serial fantasy, USA

AXN WHITE

6.20 Smerfy 2 – film familijny, USA 2013, 105 min
8.05 Napisała: Morderstwo 4 (18-22) – serial kryminalny
13.15 Unforgettable: Zapisane w pamięci 3 (12, 13)
15.10 Unforgettable: Zapisane w pamięci 4 (1-3) – krym.
18.00 Dowody zbrodni (1-5)
22.55 I kto to mówi 2 – kom., USA 1990, 90 min
0.25 I kto to mówi 3 – kom., USA 1993, 125 min
2.30 Smerfy – film familijny, USA 2011, 120 min
4.30 Grand Hotel 3 (22) – krym.
5.15 Blok promocyjny AXN White

AXN BLACK

6.00 Renegat 4 (20) – sens.
6.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (23, 25-ost.) – serial krym., USA/Kanada
8.15 S.W.A.T. 4 (15-18) – sens.
12.05 Gwiezdne wrota (16-20) – serial s.f., USA/Kan. 1998
17.05 Rekrut: FBI (22) – serial kryminalny, USA 2022-2023
18.05 Rekrut 4 (1-3) – krym., USA
21.00 S.W.A.T. 4 (15-18) – serial sensacyjny, USA 2020-2021
0.40 Rekrut: FBI (22) – serial kryminalny, USA 2022-2023
1.40 Rekrut 4 (1-3) – krym., USA
4.25 S.W.A.T. 4 (15) – sens., USA
5.10 Blok promocyjny AXN Black

WARNER TV

9.35 Raport Pelikana – film sensacyjny, 1993, 170 min
12.25 Skazani na Shawshank – dramat sensacyjny, USA 1994, 170 min
15.15 Akademia policyjna 6: Operacja „Chaos" – kom., USA 1989, 100 min
16.55 Taxi 3 – komedia sens., Francja 2003, 100 min
18.35 Licencja na miłość – komedia romantyczna, USA 2007, 105 min
20.20 Sok z żuka – horror komediowy, 1988, 100 min
22.00 Yellowstone 2 (3, 4)
23.55 Rio Bravo – western, USA 1959, 175 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (50, 101, 102) – serial paradokum., Polska
9.00 Niania (83-88) – kom., Pol.
12.00 Miodowe lata (14-18) – serial komediowy, Polska
15.00 Co ludzie powiedzą? (11-13) – serial komediowy
16.55 Świat według Kiepskich (197, 198, 200, 201, 56) – serial komediowy, Polska
20.00 Poirot (5-7) – serial kryminalny, Wielka Brytania
23.20 Columbo (13, 14) – serial kryminalny, USA 1973
2.30 Święty (274-276) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 48h. Zaginieni (67, 68) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.15 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 85 min
7.40 Królowa chmur – film obycz., Polska 2003, 75 min
8.55 Premierowa jazda – mag.
9.10 Gru i Minionki: Pod przykrywką – film animowany, 2024, 90 min
10.40 Ida – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min
12.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
12.15 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, 110 min
14.05 The Holiday – komedia romant., USA 2006, 130 min
16.15 Zgred – dramat obycz., Polska 2025, 85 min
17.40 Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012, 125 min
19.45 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Bad Man – komedia sensacyjna, 2025, 100 min
21.40 Niezniszczalna – film sensacyjny, Wielka Brytania 2024, 100 min
23.20 Diablo – film sensacyjny, Kolumbia/USA 2025, 95 min
0.55 Fiber – film krótkometraż.
1.15 Skrzyżowanie – dramat obycz., Pol. 2024, 100 min
2.55 Warsaw Story – film krótkometraż., Pol.
3.25 Wrooklyn Zoo – dramat obycz., Pol. 2024, 125 min
5.30 Nagie Oko – krótkometraż.

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Naruto (11-13) – serial anime, Japonia 2003
11.20 Wszystkie kolory świata 5 (4) – serial dokumentalny, Fr. 2024
12.20 Prost (1-3) – serial dokumentalny, Fr. 2024
13.55 Łapu capu Extra – program rozrywkowy
14.30 Premiera: Naruto (20-22) – serial anime, Japonia 2003
16.00 Łapu capu – program rozrywkowy
16.20 Daleka Północ odkryta na nowo (1, 2) – film dokumentalny, Wielka Brytania 2024
18.20 Łapu capu – program rozrywkowy
18.25 The Office PL 5 (1-3) – serial komediowy, Polska
20.00 Pieniądze i krew (9, 10) – serial kryminalny, Fr./Bel.
21.50 Premierowa jazda (5) – magazyn
22.00 Czarownice Mayfair (3, 4) – serial fantasy, USA 2023
23.35 Prosta sprawa (5, 6) – serial kryminalny, Polska
1.45 Świeżak – film krótkometrażowy, Pol. 2024
2.15 Niewidzialna wojna (4-6) – serial biograf., Polska 2022
4.45 Miasta rytm (2) – serial dokumentalny, Polska 2020
5.35 Premierowa jazda (2) – magazyn

CANAL+ 360 HD

6.50 Chwila prawdy (3) – dok.
7.55 Okręty wojenne (5) – dok.
9.00 Porzucone konstrukcje (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
9.55 Wykrywacz historii 6 (2)
11.00 Messi: Fenomen futbolu
12.05 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: GKS Katowice – Legia Warszawa
14.15 Wolne duchy. Starcie z żywiołami (7) – dok.
15.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (2) – serial dok., Niem. 2023
16.05 Zabójcze drogi (4) – dok.
17.00 Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2 (2) – pr. rozr.
18.00 Sung Kang – szybki i dociekliwy (3) – dok.
19.00 Co poszło nie tak 2 (6)
20.00 Porzucone konstrukcje (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
21.00 W trasie z Normanem Reedusem 3 (5) – dok.
22.00 Pieniądze to nie wszystko – komedia, Polska 2001, 120 min
0.00 Kryptonim Polska (1)
1.00 Małyszomania. Kochaj i rzuć (2) – serial dokum.
2.00 Twardzielki (3) – dok., Pol.
2.40 Polowanie na Hitlera (7)
3.40 Polska z góry: Stadiony (2, 3) – serial dok., Pol. 2024
4.55 Zwierzęta Wajraka 2 (3, 4) – serial dok., Pol. 2021

HBO 2 HD

13.50 W ogniu pasji – dramat obyczajowy, 2025, 110 min
15.40 Chłopi – dramat obycz., Polska 2023, 115 min
17.35 Witajcie w Marwen – film biograficzny, USA/Japonia 2018, 115 min
19.30 Dzień Bastylii – dramat sensacyjny, Wielka Brytania/Francja/USA 2016, 90 min
21.00 Panna młoda! – horror, USA 2026, reż. Maggie Gyllenhaal, wyk. Jake Gyllenhaal, 120 min
23.00 Blue Valentine – melodram., 2010, 110 min
0.50 G20 – film sensacyjny, USA 2025, 105 min

HBO 3 HD

14.55 Człowiek z bieguna – komediodramat, USA 2014, 85 min
16.20 Ród smoka 2 (8) – fantasy
17.30 Po prostu uwierz – dramat obyczajowy, USA 2024, 105 min
19.15 Focus – komedia kryminalna, USA/Argentyna 2015, 105 min
21.00 Królowe podziemia (5) – serial krym., Wlk. Bryt.
21.55 Skandal w królewskim stylu (3) – dramat biograf., Wlk. Bryt. 2024, 65 min
23.00 Stamtąd 4 (6)
23.50 Zombieland – horror komediowy, 2009, 85 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (167) – rozr.
8.05 Byli sobie podróżnicy (10, 11)
9.10 Jeźdźcy smoków na końcu świata (31-33) – serial anim.
10.40 Rodzina Addamsów FILM – anim., USA/Kan./Wlk. Bryt. 2019, 105 min
12.25 Małolaty u taty FILM – komedia, USA 2003, 105 min
14.10 Ja, szpieg – komedia FILM sensacyjna, USA 2002, 135 min
16.25 Kowboje i obcy FILM – film s.f., USA 2011, 140 min
18.45 Ghost Rider FILM – thriller, USA/Australia 2007, 135 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 The Office PL 4 (1, 2) – serial kom., Pol. 2024
7.10 Teoria wielkiego podrywu 3 (14-23) – serial komediowy
11.45 Teoria wielkiego podrywu 4 (1-4) – kom., USA 2010-2011
13.25 Przyjaciele 3 (15, 16) – kom., USA 1996-1997
14.25 Tata ma plan 3 (6-8) – serial komediowy
15.50 Naga broń: Z akt FILM **Wydziału Specjalnego** – komedia kryminalna, USA 1988, 115 min
17.45 Poznaj mojego tatę FILM – komedia, USA 2000, reż. Jay Roach, wyk. Robert De Niro, Ben Stiller, 135 min

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (763) – serial paradokum.
6.00 Kino w drodze (2)
6.30 Absolwenci (2)
7.05 Po pierwsze kino 3 (19) – pr. rozrywk.
7.10 Prawo Agaty 3 (1-4) – serial obycz., Polska
11.25 W krzywym FILM **zwierciadle: Europejskie wakacje** – komedia, USA 1985, 125 min
13.30 Miś Yogi – film FILM familijny, USA/Nowa Zelandia 2010, 95 min
15.05 Kosmiczny mecz FILM – film familijny, USA 1996, 115 min
17.00 Aquaman – film s.f., FILM USA/Australia 2018, 180 min

13 ULICA

6.00 Follow (3) – serial sensacyjny, Francja 2023
6.50 Grace 2 (3) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2022
8.50 Chicago P.D. 10 (10-19) – serial kryminalny, USA 2022 Zespół rozpoczyna współpracę ze starym znajomym Ruzeka.
18.00 Niewidomy detektyw (2) – serial kryminalny, Austria/Niemcy 2019 Niewidomy detektyw Alex ze swoim kierowcą spędza czas w kinie. W tym czasie jego siostra zostaje uprowadzona.

KINO POLSKA

6.00 Dom w cenie mieszkania 3 (2, 3)
7.05 Przygody Myszki (8, 9) – serial anim.
7.30 Reksio (49, 50)
7.50 Chłopi (2-ost.) FILM – film obyczajowy, 1973, 110 min
9.40 Podróże Pana FILM **Kleksa** (1/2, 2-ost.) – film przyg., Polska/ZSRR 1986, 210 min
13.10 Kingsajz – komedia, FILM 1987, 155 min
15.45 Hallo Szpicbródka, FILM **czyli ostatni występ króla kasiarzy** – komedia kryminalna, 1978, 130 min
17.55 Rozmowy nocą FILM – komedia romant., 2008, 125 min

STOPKLATKA DVB-T2

6.00 Komisarz Rex 2 (3-6) – serial kryminalny, Niemcy/Austria 1995
10.00 Hudson i Rex 8 (2, 5, 6) – serial kryminalny, Kan. 2024
13.00 Top Dog. Niemcy (6) – reality show
14.55 Bitwa o Anglię FILM – dramat wojenny, Wielka Brytania 1969, reż. Guy Hamilton, wyk. Laurence Olivier, Michael Caine, Harry Andrews, 165 min
17.40 Dobry rok FILM – komediodramat, USA/Wielka Brytania 2006, reż. Ridley Scott, wyk. Russell Crowe, Albert Finney, Marion Cotillard, 140 min

20

SENSACYJNY

21.00 60 sekund FILM – USA 2000, 140 min
Randall Raines musi w ciągu czterech dni ukraść 50 luksusowych samochodów, by ocalić swojego brata uwięzionego przez mafiosów.
23.20 Agenci – film FILM sensacyjny, USA 2013, reż. Baltasar Kormákur, 135 min
1.35 Ślad (23) – krym., Pol.
2.35 Gliniarze (343, 344) – serial paradokumentalny, Pol. 2019
4.35 Na ratunek 112 (845, 846) – serial paradokum., Pol. 2023

KOMEDIA SENSACYJNA

20.00 Naga broń 2 FILM **1/2: Kto obroni prezydenta?** – USA 1991, 115 min
Frank Drebin próbuje uratować uprowadzonego doktora, który odkrył nowe źródła energii. Policjant nie wie, że jego była ukochana jest związana z porywaczem.
21.55 Colin od rachunków 2 (7, 8)
23.00 Comedy Club 3 (5, 6)
0.00 Miasteczko South Park 25 (4-6)
1.30 Miasteczko South Park 27 (1)
2.00 Pracoholicy (1-4)

SCIENCE FICTION

20.00 Aquaman FILM **i zaginione królestwo** – USA/Australia/Islandia 2023, 155 min
Czarna Manta znów zagraża Atlantydzie. By ocalić królestwo, Aquaman jednoczy siły z Ormem, przyrodnim bratem, który obecnie przebywa w zakładzie karnym.
22.35 Tata – dramat FILM obyczajowy, Polska/Ukraina 2022, 140 min
0.55 Imprezowi rodzice FILM – komedia, USA 2019, reż. Fred Wolf, 130 min
3.05 Szkoła (735)

DRAMAT KRYMINALNY

20.00 Morderstwo FILM **w Saint-Martin** – Fr. 2024, 120 min
Dwójka rywalizujących ze sobą policjantów, kapitan Tom oraz inspektor Merlene, muszą współpracować, by rozwiązać sprawę śmierci na bezludnej wyspie.
22.00 Morderstwo FILM **w Saint-Paul De Vence** – film krym., Francja 2017, 120 min
0.00 Morderstwo FILM **w Herault** – krym., Francja 2020, 120 min
2.00 Kobra – oddział specjalny (1, 2)

KOMEDIA OBYCZAJOWA

20.00 Brunet wieczorową FILM **porą** – 1976, 125 min
W mieszkaniu Michała zjawia się niejaki Dzidek, który wkrótce potem umiera. Gospodarz z pomocą przyjaciela postanawia rozwiązać zagadkę jego śmierci.
22.05 Młode wilki 1/2 FILM – sens., 1997, 115 min
0.00 Ekstradycja 2 (7, 8) – serial sensacyjny
2.45 Mistrz – dramat FILM biograf., 2020, 120 min
4.45 Wracając do Marka – film dokum., 2002
5.45 Książę – film krótkometraż., 2021

THRILLER

20.00 Królowie ulicy FILM – USA 2008, 130 min
Policjant Tom bada sprawę śmierci kolegi po fachu. Przy okazji, wpadając na trop afery korupcyjnej, odkrywa mroczną prawdę o miejscowych mundurowych.
22.10 Ognisty podmuch FILM – dramat sensacyjny, USA 1991, reż. Ron Howard, 170 min
1.00 Zgorszenie FILM **publiczne** – komedia romantyczna, Polska 2009, 120 min
3.00 Konwój – thriller, FILM Polska 2016, 120 min

CINEMAX HD

11.30 Witamy na Hawajach FILM – komedia romantyczna, USA 2015, 105 min
13.15 Dirty Dancing – film FILM muzyczny, 1987, 100 min
14.55 Całe szczęście – komedia FILM romant., USA 2006, 100 min
16.35 Liberator – film sens., FILM USA/Francja 1992, 105 min
18.20 50 pierwszych randek FILM – komedia romantyczna, USA 2004, 100 min
20.00 Pierwsza krowa P! – western, USA 2019, reż. FILM Kelly Reichardt, 120 min
22.00 Tornado – film sens., Wlk. FILM Bryt. 2025, 90 min
23.30 Fargo 3 (1, 2) – serial krym.

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

6.00 Graczykowie (16-20)
8.30 Świat według Kiepskich (12, 1-5) – serial komediowy
11.30 Bob kocha Abisholę 5 (7-12) – serial komediowy
14.30 Święty (6-10) – kom., Pol.
17.00 Świat według Kiepskich (1-8) – serial kom., Pol. 2021
21.00 Co ludzie powiedzą? 3 (6, 7) – kom., Wlk. Bryt. 1992
22.25 Jedną nogą w grobie 6 (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie (1, 2) – kom., Wlk. Bryt. 1990
0.30 Czarna Żmija 2 (1, 2)
2.00 Grono nie-pedagogiczne 3 (6-10)
4.30 Comedy Club (8-10) – rozr.

SCI FI

7.45 Bibliotekarze 4 (1)
8.40 Grimm 5 (14-18) – fantasy
13.15 Ministerstwo Czasu 4 (5, 6) – serial przyg., Hiszp.
15.45 Nowy początek – film FILM s.f., USA 2016, 145 min
18.10 Saga „Zmierzch": FILM **Księżyc w nowiu** – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, 170 min
21.00 Saga „Zmierzch": FILM **Zaćmienie** – film fantasy, USA 2010, 150 min
23.30 Underworld: Wojny krwi FILM – horror s.f., 2016, 115 min
1.25 Nadchodzący – thriller, FILM Serbia/USA 2018, 110 min
3.15 Kroniki Spiderwick (4-6)

FX HD

5.55 9-1-1 (15) – serial obycz.
6.50 FBI 3 (9, 10) – serial krym.
8.40 CSI: Kryminalne zagadki Miami (7, 8) – serial krym.
10.30 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (16, 17)
12.20 Agenci NCIS (19, 20)
14.10 Z archiwum X (8, 9) – s.f.
16.10 Spider-Man 3 – film FILM przygodowy, 2007, 170 min
19.00 Pojutrze – dram. katastrof., FILM USA 2004, 150 min
21.30 Strażnik – film sensacyjny, FILM USA 2006, 135 min
23.45 Liberator 2 – film FILM sensacyjny, 1995, 125 min
1.50 Zabójcze umysły 14 (1, 2)
3.40 Tropiciel (18) – serial krym.

FILMBOX+ ONE HD

12.45 C.K. Dezerterzy (2-ost.) FILM – komedia, 1985, 85 min
14.10 Flintstonowie: Niech FILM **żyje Rock Vegas** – kom., USA 2000, 110 min
16.00 Niekończąca się FILM **opowieść** – film fantasy, RFN/USA 1984, reż. Wolfgang Petersen, 125 min
18.05 Kung Fu Panda 2 – anim., FILM USA/Kanada 2011, 115 min
20.00 Need for Speed – film FILM sensacyjny, USA/Filipiny/Irlandia 2014, 165 min
22.45 Millennium: FILM **Dziewczyna, która igrała z ogniem** – dramat kryminalny, 2009, 150 min

ROMANCE TV HD

16.15 Lato w Grecji FILM – melodramat, Niemcy 2015, 110 min
18.05 Lato w Kapsztadzie FILM – melodramat, Niemcy 2010, 115 min
20.00 Lato we Włoszech – film FILM obycz., Niem. 2025, 115 min
21.55 Lato na Lazurowym FILM **Wybrzeżu** – dramat obyczajowy, Niemcy 2024, 115 min
23.50 Lato na Long Island FILM – komedia romantyczna, Niemcy 2009, 115 min
1.45 Lato we Włoszech – film FILM obyczajowy, Niemcy 2025, 115 min

CINEMAX 2 HD

12.30 Wybór pianisty – dramat FILM hist., Francja 2024, 105 min
14.15 Ława przysięgłych FILM – dramat obyczajowy, USA 2003, 130 min
16.25 Zakochany Szekspir FILM – kom. romant., USA/Wielka Brytania 1998, 130 min
18.35 Francuski minister FILM – kom., Fr. 2013, 115 min
20.30 Kłamca, kłamca – kom., FILM USA 1997, 90 min
22.00 Westhampton – film FILM obyczajowy, 2025, 95 min
23.35 Czas mroku – dramat FILM historyczny, 2017, 125 min
1.40 Głębia – film sensacyjny, FILM USA 1977, 125 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

6.05 Lekarze na start (2-4) – serial obycz., Polska 2017
8.15 Poirot 4 (2, 3) – serial krym.
12.45 Poirot 5 (1, 2) – serial krym.
15.00 Zatraceni w miłości (6-10) – telen., Turcja 2023
20.00 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (2) – serial krym., Australia
21.00 Morderstwo to nic trudnego (1) – serial krym.
22.00 Poirot 12 (2) – serial krym.
23.55 Zatraceni w miłości (6-10) – telen., Turcja 2023
4.10 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (2) – serial krym., Australia
5.00 Lekarze na start (5)

NOVELAS+ HD

5.00 Historia Juany (26-30) – telenowela, Meksyk 2024
10.00 Otchłań namiętności (99-103) – telenowela, Meksyk 2012
15.00 List pożegnalny (74-76) – telenowela, Turcja 2023
18.00 Róże i grzechy (1, 2) – telenowela, Turcja 2025
20.00 Rubi (96, 97) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori, Eduardo Santamarina
22.00 Za wszelką cenę (69-73) – telenowela, Brazylia 2025, wyk. Paolla Oliveira
3.00 Rubi (96, 97) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori, Eduardo Santamarina

FX COMEDY HD

5.15 Genialna Morgane (6, 7)
7.30 Diabli nadali 7 (8-17)
12.30 Sposób użycia – kom.
13.00 Sposób użycia 5 (1, 2, 4, 5) – serial kom., USA
15.00 Wszyscy kochają Raymonda 3 (16-21)
18.00 To tylko seks – komedia FILM romant., USA 2011, 130 min
20.10 Wychodne mamusiek FILM – kom., USA 2014, 130 min
22.20 Johnny English: Nokaut FILM – kom. sens., 2018, 100 min
0.00 Family Guy: Głowa rodziny 23 (2, 3, 5-7)
2.30 On, ona i dzieciaki 3 (26)
3.00 Wszyscy kochają Raymonda 3 (23-25)

FILMBOX+ HITS HD

14.15 Melodia wiatru – dramat FILM obycz., Boliwia 2019, 90 min
15.45 Robin Hood: Początek FILM – film przygodowy, USA/Hongkong/Chorwacja 2018, reż. Otto Bathurst, 125 min
17.50 Spencer – dramat obycz., FILM Wielka Brytania/Niemcy/USA 2021, 130 min
20.00 Powodzenia, Leo FILM **Grande!** – komediodramat, Wielka Brytania/USA 2022, reż. Sophie Hyde, 110 min
21.50 Milczący las – dramat FILM kryminalny, Niemcy 2022, reż. Saralisa Volm, 110 min
23.40 Szukając prawdy – dram. FILM krym., 2020, 110 min

PARAMOUNT NETWORK HD

11.10 Tedi i mapa skarbów FILM – film anim., 2017, 110 min
13.00 Buntownik z wyboru FILM – dramat psychologiczny, USA 1997, 180 min
16.00 Ślepy traf – thriller, USA FILM 2013, 120 min
18.00 Lara Croft: Tomb Raider FILM – film przyg., Wlk. Bryt./Niemcy/USA 2001, 120 min
20.00 Lara Croft Tomb Raider: FILM **Kolebka życia** – film przygodowy, USA/Niemcy/Japonia 2003, 150 min
22.30 Uśmiechnij się – horror, FILM USA 2022, 140 min
0.50 Ciche miejsce 2 – horror, FILM USA 2020, 120 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- 8.30 **Wspinaczka:** World Series w Innsbrucku – bouldering – finały
- 9.25 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Leogang – podsumowanie
- 9.55 **Kolarstwo kobiet:** LIVE Tour de Suisse – 5. etap
- 12.15 **Kolarstwo:** Wyścig dookoła Słowenii – 4. etap
- 13.00 **Kolarstwo:** Wyścig LIVE dookoła Słowenii – 5. etap
- 15.00 **Kolarstwo:** Tour de Suisse – 4. etap
- 15.20 **Kolarstwo:** Tour LIVE de Suisse – 5. etap
- 17.45 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Lenzerheide – cross-country

POLSAT SPORT 1 HD
- 5.45 **Siatkówka kobiet:** LIVE Liga Narodów – mecz: Serbia – USA
- 9.00 **Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
- 10.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Holandia – Polska
- 11.00 **Siatkówka kobiet:** LIVE Liga Narodów – studio
- 11.45 **Siatkówka kobiet:** LIVE Liga Narodów – mecz: Kanada – Polska
- 14.00 **Siatkówka kobiet:** LIVE Liga Narodów – studio
- 15.00 **Lekkoatletyka:** LIVE World Athletics Continental Tour Gold – Hengelo 2026
- 17.30 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Kanada – Polska

CANAL+ SPORT HD
- 6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: GKS Katowice – Legia Warszawa
- 8.30 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
- 9.30 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: Gezet Stal Gorzów – BAYERSYSTEM GKM Grudziądz
- 12.30 **Turbokozak** – magazyn piłkarski
- 13.30 **Turbokozak** – magazyn piłkarski
- 14.30 **Piłka nożna:** 2. liga hiszpańska – barażowy mecz finałowy
- 16.45 **Żużel:** PGE Ekstraliga: LIVE Stelmet Falubaz Zielona Góra – Betard Sparta Wrocław

TVP SPORT HD DVB T2
- 5.05 **Mundial 2026 – Legendy miejskie** (13) – cykl reportaży
- 5.35 **Piłka nożna:** MŚ LIVE 2026: Tunezja – Japonia
- 9.00 **Mundialowy poranek** (10) – mag.
- 10.30 **Strongman:** MP – Międzyzdroje 2026
- 11.30 **Amp futbol:** LIVE AMP Futbol Cup – Warszawa 2026 – mecz: Polska – USA
- 13.10 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy E: Niemcy – Wybrzeże Kości Słoniowej
- 15.30 **Dzień na mundialu** (10) – mag. piłkarski
- 17.00 **Piłka nożna:** MŚ LIVE 2026: Hiszpania – Arabia Saudyjska

ELEVEN SPORTS 1 HD
- 6.00 **LaLiga Best 11** – magazyn piłkarski
- 8.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – SC Freiburg
- 10.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Oviedo
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – SS Lazio
- 14.00 **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Hellas Werona – Inter Mediolan
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Atletico Madryt

DISCOVERY CHANNEL HD
- 8.00 **Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante** – serial dok.
- 9.00 **Złomowisko PL 2** (1, 2) – serial dokum.
- 11.00 **Kamperem przez świat** (4) – dok., Pol.
- 12.00 **Przygody truckerki** (3) – serial dokum., Pol.
- 13.00 **Ciężarówką przez Afrykę** (2) – dok., Pol.
- 14.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** (1) – dok.
- 16.00 **Specjalistki** (4) – dok.
- 17.00 **Nic do ukrycia** (7)
- 18.00 **Celnicy na straży Szwecji 4** (5) – dok.
- 19.00 **Włoska kontrola celna** (4) – dok., Wł.
- 20.00 **Akta ekspedycji 2**

20

KOLARSTWO

- 19.00 **Wyścig dookoła Słowenii** – 5. etap

Peleton wyruszy na liczącą 162 kilometry trasę z Litiji do Nowego Miasta.

- 20.00 **Trójbój siłowy:** World Open Classic Powerlifting Championships – Druskieniki 2026
- 23.00 **Szermierka:** ME – Antony 2026 – 6. dzień
- 1.00 **Triathlon:** T100 World Tour – San Francisco
- 1.30 **Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 5. etap

KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN

- 18.30 **ORLEN Basket Liga** LIVE – 7. mecz finałowy fazy play-off: Legia Warszawa – ORLEN Zastal Zielona Góra

Siódme spotkanie o tytuł odbędzie się tylko wówczas, gdy po sześciu meczach w serii finałowej każda drużyna będzie miała na koncie po trzy zwycięstwa.

- 21.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Kanada – Polska
- 23.00 **Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Dosze
- 1.00 **Boks**

ŻUŻEL

- 19.15 **PGE Ekstraliga** LIVE – mecz: PRES Grupa Deweloperska Toruń – ORLEN OIL Motor Lublin

Poprzednie spotkanie tych ekip 56:34 wygrali Bartosz Zmarzlik i jego koledzy.

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

PIŁKA NOŻNA

- 20.50 **Mistrzostwa świata 2026** LIVE – mecz grupy G: Belgia – Iran

Pierwsze w historii starcie tych zespołów. Jego faworytami są Czerwone Diabły, 9. drużyna w rankingu FIFA.

- 23.35 **Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – studio
- 23.50 **Piłka nożna:** MŚ LIVE 2026 – mecz grupy H: Urugwaj – Republika Zielonego Przylądka
- 2.50 **Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy G: Nowa Zelandia – Egipt

MAGAZYN PIŁKARSKI

- 20.00 **Made in Italy** (11, 9)

Miłośnicy calcio zapoznają się między innymi z historią klubu SSC Napoli – czterokrotnego mistrza Włoch.

- 20.40 **F2: Chasing the Dream** – mag. motor.
- 21.00 **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii
- 23.05 **GP Confidential**
- 23.40 **Made in Italy** (10)
- 0.00 **Bundesliga Original Series** (1, 2)
- 1.20 **Bundesliga Special** (22) – mag. piłkarski
- 2.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Cremonese – Juventus

DOKUMENTALNY

- 21.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** (1)

Freddy i Juan podejmują się najtrudniejszego zadania w karierze. Wyruszają do Jukonu, by pomóc w poszukiwaniu złota na obszarze 2,4 tys. hektarów.

- 23.00 **Teorie spiskowe pod lupą** – serial dok.
- 0.00 **Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata**
- 2.00 **Królowie asfaltu 7** (2) – reality show
- 3.00 **Gorączka złota: Australia 5** (1) – dok.

EUROSPORT 2 HD
- 11.00 **Wspinaczka:** World Series w Innsbrucku
- 12.45 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Lenzerheide – zjazd mężczyzn
- 13.15 **Kolarstwo górskie:** PŚ LIVE w Lenzerheide – cross-country kobiet i mężczyzn
- 17.30 **The Power of Sport**
- 17.40 **Szermierka:** Mistrzostwa LIVE Europy – Antony 2026 – 6. dzień
- 21.45 **Jeździectwo:** Global Champions Tour w Paryżu
- 23.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Innsbrucku – prowadzenie, bouldering – finały

POLSAT SPORT 2 HD
- 6.00 **Tenis:** Turniej ATP w Halle – półfinał gry pojedynczej
- 7.45 **Siatkówka kobiet:** Liga LIVE Narodów: Bułgaria – Ukraina
- 11.15 **Siatkówka kobiet:** Liga LIVE Narodów: Belgia – Francja
- 13.45 **Siatkówka kobiet:** Liga LIVE Narodów: Japonia – Włochy
- 15.30 **Tenis:** Turniej ATP w Halle LIVE – finał gry pojedynczej
- 18.15 **Siatkówka kobiet:** Liga LIVE Narodów: Turcja – Chiny
- 21.00 **Tenis:** Turniej ATP w Londynie – mecz finałowy gry pojedynczej
- 23.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Belgia – Francja
- 1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- 10.00 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – mecz półfinałowy gry pojedynczej
- 12.00 **Tenis:** Turniej WTA LIVE w Berlinie – finał
- 14.30 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – półfinał
- 16.45 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – półfinał
- 19.00 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – finał
- 21.45 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – półfinał
- 0.00 **Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – półfinał
- 2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew Łódź – Cracovia

EXTREME CHANNEL HD
- 6.00 **Beyond The Beaten Path** (9, 10) – serial dokum.
- 8.00 **KPW Kombat TV** (6) – program sportowy
- 9.00 **WWE Classic Gold** (1) – program sportowy
- 10.00 **AEW Dynamite** (2624) – program sportowy
- 12.00 **AEW Collision 2** (2624)
- 14.00 **AEW PPV** (7) – pr. sportowy
- 19.00 **AEW Dynamite** (2528) – program sportowy
- 21.00 **PTW Wrestling** (25, 27) – program sportowy
- 2.30 **WWE Highlights** (80) – program sportowy
- 3.00 **Beyond The Beaten Path** (11-13) – serial dokum.

ELEVEN SPORTS 2 HD
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Bayer
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Fiorentina
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – St. Pauli
- 18.00 **Serie A** – mag. piłkarski
- 19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – AC Milan
- 21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Villarreal CF – FC Barcelona
- 23.00 **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii
- 23.40 **Made in Italy** (11) – mag.
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Lyon – PSG
- 2.00 **Andoni Zubizarreta**

DISCOVERY LIFE HD
- 10.30 **Kosmetyczne rewolucje**
- 11.15 **Megasknery 2** (5) – dok.
- 12.45 **Klinika bez tajemnic**
- 15.45 **Jak to robią zwierzęta?**
- 16.15 **Misja ratunkowa** (7, 8)
- 17.45 **Wycieczkowiec** (3) – serial paradok., Pol. 2024
- 18.45 **W czym do ślubu?** (1, 2)
- 19.45 **Salon sukien ślubnych: Indie** (3, 4) – pr. rozrywk.
- 20.45 **Dziecko czy oszustka. Przypadek Natalii Grace**
- 21.45 **Rodzina wielkiej wagi**
- 22.45 **Historie wielkiej wagi**
- 0.45 **Sekrety lekarzy** (4)
- 1.45 **Powrót doktora Szczyta**
- 2.45 **Szpital** (313, 314)
- 4.45 **Kosmetyczne rewolucje**

POLSAT SPORT FIGHT HD
- 14.00 **Boks:** Babilon Boxing Show w Chojnicach: P. Stępień – S. Chusanow
- 15.50 **Strzelnica Navala** (3)
- 16.15 **Z archiwum ESPN** – mag.
- 16.50 **Triathlon:** Zawody World LIVE Triathlon Championship Series w Quiberon – sztafeta mieszana
- 18.55 **Sporty walki:** Babilon MMA 49 w Radomiu: Paweł Polityło – Błażej Majdan
- 21.00 **Boks:** Walka o mistrzostwo Polski w Sopocie – waga ciężka: K. Meyna – M. Wach
- 23.35 **K.O. TV Classics** (13)
- 0.25 **Sporty walki:** DWM 7: P. Czyżyk – A. Kamiński

POLSAT SPORT 3 HD
- 6.00 **Siatkówka kobiet:** LN
- 9.00 **Siatkówka plażowa:** LIVE Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie – ćwierćfinały i półfinały kobiet i mężczyzn
- 13.00 **Siatkówka plażowa:** LIVE Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie – mecze o 3. miejsce oraz finały kobiet i mężczyzn
- 17.30 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- 20.00 **Sporty walki:** UFC Fight Night – walka: Manel Kape – Kyoji Horiguchi
- 1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- 10.40 **Wisła Cupiała** (1, 2) – dok.
- 12.30 **Żużel:** Metalkas LIVE 2. Ekstraliga: Arged – Wilki
- 15.00 **Żużel:** Metalkas LIVE 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Bydgoszcz – ROW Rybnik
- 17.45 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
- 19.00 **Dart:** PDC World Series LIVE w Bratysławie – finał
- 23.15 **Magazyn PGE Ekstraliga**
- 0.55 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 159
- 2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: GKS Katowice – Legia Warszawa

ELEVEN SPORTS 4 HD
- 12.00 **Piłka nożna:** Real Madryt – Rayo Vallecano
- 14.00 **Made in Italy**
- 15.00 **Serie A**
- 16.00 **Piłka nożna:** Olympique Lyon – RC Strasbourg
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayer – BVB
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Real Sociedad
- 22.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
- 23.00 **Bundesliga Clubs** – mag.
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Famalicao – FC Porto

ELEVEN SPORTS 3 HD
- 12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Parma – AC Milan
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Real Sociedad
- 16.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
- 17.00 **Ligue 1 Show** (36) – mag.
- 18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Bologna – Napoli
- 20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Werder Brema – 1. FC Köln
- 22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Lyon – RC Strasbourg
- 0.00 **LaLiga Best 11** – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
- 11.50 **Franz Beckenbauer. Ostatni cesarz** – film dok.
- 13.30 **Wielkie pomniki przyrody: Wielki Kanion** (2) – film dokumentalny, Fr.
- 14.30 **Zagadka przetrwania** (1)
- 15.30 **Wszystkie kolory świata 5** (1-4) – serial dok.
- 19.30 **W królestwie księcia Muhammada ibn Salmana** – film dokum., Fr.
- 20.30 **Elizabeth Taylor. Zbuntowana supergwiazda** (1-3) – dok.
- 23.05 **Półwysep Shiretoko. Dzika Japonia** – film dok.
- 0.05 **Agnieszka Radwańska. Anatomia zwycięstwa**

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu** (5, 6) – serial dokumentalny
8.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
10.00 **Jak to jest zrobione? 25** (24, 26) – serial dokumentalny
11.30 **Jak to jest zrobione?** – dok.
12.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** (8-11) – serial dok., Wlk. Bryt.
14.00 **Pogromca mitów w akcji** – serial dok.
16.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
18.00 **Jak to jest zrobione? 25** – dok.

DOKUMENTALNY

20.00 **Wyprawa w nieznane 10** – USA
Josh Gates wchodzi do wnętrza piramidy Cheopsa, jednego z siedmiu cudów świata, by przyjrzeć się teoriom spiskowym narosłym wokół jej powstania.
21.00 **Wyprawa w nieznane 9** – dok.
22.00 **Sekrety Houdiniego** – serial dokumentalny
0.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
2.00 **Autostrada spotkań z UFO** – serial dok.
3.00 **NASA – archiwum tajemnic** – serial dok.

ID HD

6.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8** – serial dok.
8.00 **Sprawa dla FBI**
9.00 **Sprawiedliwość po amerykańsku** (1)
10.00 **Mój sąsiad morderca 2** – dok.
11.00 **Mój sąsiad morderca 3** – dok.
12.00 **Sprawiedliwi z Teksasu** – dok., USA
14.00 **W sieci kłamstw** (6, 8) – serial dok., USA
16.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie** – serial dokumentalny
18.00 **Żyjąc z potworem** – serial dokumentalny
20.00 **Żyjąc z potworem: jak wychowałem mordercę** – dok., USA

DOKUMENTALNY

21.00 **Zagadkowa tożsamość Benjamina Kyle'a**
Prawda o mężczyźnie bez przeszłości zaczyna wychodzić na światło dzienne, gdy ekipa filmowa dociera do skasowanych dokumentów i tajemnic ukrytych w darknecie.
23.00 **Demony Hollywood 2** – dok.
1.00 **Zagadkowa tożsamość Benjamina Kyle'a** – dok., USA
3.00 **Mroczne piętno 3**
4.00 **Mój sąsiad morderca 3** – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

6.00 **Pogodowe anomalie** (2, 10)
7.50 **Inżynieryjne tragedie** (5, 6) – dok.
10.00 **W pułapce żywiołów** (7) – dok.
11.05 **Porzucone konstrukcje** (10)
12.00 **Antoni Porowski: w rytmie miasta** (4, 1) – serial dokum.
14.00 **Inżynieria po katastrofie** (2) – dok.
15.00 **Imperium Mongołów: Historia Czyngis-chana** (1)
16.00 **Egipt: Miejsce pełne tajemnic** (6) – dok.
17.00 **Kluczowe tygodnie wojny** (1, 2) – dok.
19.00 **Strefa 51: Tajne archiwa CIA**

DOKUMENTALNY

20.00 **Czarnobyl: Świadkowie tragedii** (3)
Dwa tygodnie po wybuchu trwa walka z czasem, aby chronić wody gruntowe i oczyścić 30-kilometrową strefę. Latem 1986 r. nad reaktorem powstaje sarkofag.
21.00 **Największe katastrofy budowlane** (9) – dok.
22.00 **Katastrofa w przestworzach** (5, 6, 8) – serial dokum.
2.00 **Alaska: Następne pokolenie** (11, 12) – serial dokumentalny

FOKUS TV DVB-T2

6.00 **Wehikuł czasu** (621)
6.05 **48h. Zaginieni** (32)
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (33, 34) – serial dok.
9.00 **Wioski wioseczki** (4, 5) – serial dokum.
10.00 **Podglądacze przyrody** (1, 2) – dok.
11.00 **Z klimatem i z pasją** (5) – program publicyst.
11.30 **Wojny magazynowe** (7-11)
14.00 **Gwiazdy lombardu 25** (11)
15.00 **Technologie jutra** (1, 2) – serial dokum.
17.00 **Rolnicy. Podlasie** (22-25) – serial dok.
21.00 **Podglądacze przyrody 2** (7): Sarny – serial dok., Pol. 2024
21.30 **Górale** (15) – dok., Pol.

DOKUMENTALNY

22.00 **Oto Ameryka XXL – głosy prowincji** – Francja 2024
Twórcy filmu ukazują, jak tradycja, religia oraz lokalna kultura kształtują światopogląd mieszkańców USA. W reportażu nie zabraknie wglądu w życie rodzinne.
23.00 **Pogromcy mafii** (1) – serial dok., Pol. 2024
0.00 **Największe śledztwa CBŚP** (1): Porwania – dok., Pol.
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (13-16) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (12, 1) – magazyn wędkarski

TVP HISTORIA DVB-T2

10.50 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
11.50 **Świat w filiżance herbaty** (6) – dok.
12.55 **Kanadyjskie parki narodowe** (5) – dok.
14.00 **Polskie parki narodowe** – dok., Pol.
14.40 FILM **Zaproszenie dla rewolwerowca** – western, USA 1964, 95 min
16.15 **Starożytne mocarstwa** (2) – dok.
17.15 **Flesz historii** (766)
17.40 **Blisko, coraz bliżej** (7) – obycz., Pol. 1982
18.55 **Islandia: na granicy zimnej wojny** (1)
20.00 **Lądowanie w Normandii, nieznane taśmy** (3)

DRAMAT OBYCZAJOWY

21.10 FILM **Wesele** – Polska 1972, reż. Andrzej Wajda, wyk. Daniel Olbrychski, Ewa Ziętek, Andrzej Łapicki, 115 min
W kościele Mariackim w Krakowie poeta żeni się z gospodarską córką. Na wesele do Bronowic zjeżdża się elita artystyczna. Zabawa przeobraża się w wizyjno-symboliczne widowisko.
23.05 FILM **Les Milles** – dramat wojenny, Francja/Niemcy/Polska 1995, 120 min
1.05 **Leliwa** – film dokum., Polska 2023

HISTORY HD

10.10 **Gwiazdy lombardu 25** (17, 18, 14) – reality show
13.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 4** (9) – serial dok., USA
14.00 **Piątka z historii** (3) – serial dokumentalny
14.25 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (2) – dok.
15.20 **Starożytne kosmici 17** (8) – dok.
16.10 **Tajemnice starożytności: śmierć** (2) – dok., Kan.
17.10 **Naziści na tropie skarbów** (1-3) – serial dokum., Australia 2025
20.00 **Tom Hanks: II wojna światowa** (7) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **II wojna światowa: wyścig zbrojeń** (1)
Konflikt z lat 1939-45 przyniósł przełom w rozwoju przemysłu zbrojeniowego. Państwa inwestowały w nowatorskie technologie, by przechylić szalę zwycięstwa.
22.00 **Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2** (14) – dok.
23.00 **Tom Hanks: II wojna światowa** (8) – serial dok.
23.55 **Starożytni kosmici 14** (16) – dok.
0.50 **Starożytni kosmici 17** (8) – dok.

20

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Na tropach tajemnic** (3)
9.00 **Wyścigi po antyki** – dok.
10.00 **Skarby z szopy** (13-16)
12.00 **Łowcy staroci** – dok.
13.00 **Walka o bagaż** (1, 2)
14.00 **Tajemnice starożytnych mumii** – serial dok., USA
15.00 **Gra o skarb** – serial dok.
17.00 **Tajemnice ziemi – Hiszpania** (3) – dok.
18.00 **Zaginione miejsca** – dok.
19.00 **Na ratunek starociom**
20.00 **Podziemne sekrety**
23.00 **Nawiedzona Irlandia**
1.00 **Wielki szwindel** – dok.
2.00 **Seryjni mordercy**
3.00 **Lotniskowiec HMS Ark Royal** (4) – serial dok., USA

PLANETE+ HD

13.45 **Żywioły w akcji. Ziemia na krawędzi** (2) – dok., Fr.
14.45 **Sapiens. Narodziny sztuki** – film dokumentalny
15.50 **Zaginiona cywilizacja Elamu** – film dokumentalny
17.00 **Rok z dziką przyrodą** (5)
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** (35, 36)
18.40 **Mam zamek** (4, 5) – dok.
19.45 **Céline Dion. Tak rodzi się gwiazda** – film dokum.
20.50 **Kasparow. Gra o wielką stawkę** – film dokum., Fr.
22.00 **Sekta** (1) – serial dok., Fr.
22.50 **Atom, narkotyki, brudne pieniądze** (2) – serial dok.
23.55 **Triady. Chińska mafia podbija świat** (2) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

14.00 **Dzikie cuda Europy** (3)
15.00 **Masai Mara: sekrety natury** (2) – serial dokum.
16.00 **Dzikie szlaki Europy** (1)
17.00 **Królestwo krokodyli: Grumeti i Mara** – dok.
18.00 **Najdziwniejsze gatunki** (2) – serial przyrodniczy
19.00 **Przedziwna planeta Ziemia** (5) – serial dokum.
20.00 **Europa z powietrza** (5)
21.00 **Wrogi świat** (3) – dok.
22.00 **Olśniewająca Ameryka: Południowy Zachód** (5)
23.00 **Katavi – utracony raj Afryki** (2) – serial dokum.
0.00 **Najgroźniejsze zwierzęta świata** (4, 5)

POLSAT VIASAT NATURE HD

9.05 **Wełtawa: złota rzeka**
10.15 **Przyroda w kraju wiatraków** – film dokum.
11.20 **Słowenia: raj dzikiej przyrody** – dok., Wlk. Bryt.
12.30 **Dziki Wschód Polski**
13.35 **Imperium przyrody**
15.40 **Sekrety wodnych krain**
17.45 **W głębinach: Ameryka Północna** (5, 6) – dok., USA
19.55 **Podwodne miasto** (3)
21.00 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu** (1-3) – serial dok.
0.20 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (3) – dok.
1.20 **Wojny zwierząt** (3) – dok.
2.10 **Olbrzymy** (5) – serial dok.
3.05 **Narodziny ptaków** (1, 2)

BBC EARTH HD

6.00 **Zabójcza misja: rekin**
7.00 **W okowach mrozu 2**
9.45 **Zdrowa zmiana 2** (5, 6)
11.00 **Wielkie koty 24/7 2** (6)
12.15 **W okowach mrozu 2** (15)
13.15 **Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu** (1) – dok.
14.15 **Życie na pustkowiu 12**
16.25 **Zdrowa zmiana 2** (5, 6)
17.45 **W okowach mrozu 2** (15)
18.50 **Mroźna planeta** (1, 2)
21.00 **Wielkie koty 24/7 2** (6)
22.15 **W okowach mrozu 2** (15)
23.10 **Nadchodzi powódź**
0.10 **Układ Słoneczny** (4)
1.25 **Zdrowa zmiana 2** (5, 6)
2.35 **W okowach mrozu 2**
4.10 **Mroźna planeta** (1, 2)

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Klan z Alaski** (5) – dok.
15.00 **Zaginione królestwo yeti** – film dok., Wlk. Bryt.
17.00 **Cztery kąty, cztery łapy** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Podwodny świat z bliska** – serial dok., USA
19.00 **Jak to robią zwierzęta?**
20.00 **Zagadki świata zwierząt** – serial dok., USA
21.00 **Nowojorskie Zoo – Bronx** – serial dok., USA
22.00 **Baseny jak z bajki** – dok.
23.00 **Człowiek w roli ofiary 3** – serial dokumentalny, USA
0.00 **Gryzący mordercy** – dok.
1.00 **Supermoce małych stworzeń** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

12.00 **Życie lasu. Mszaki** – dok.
12.45 **Podróże Małej i Dużej 4**
13.15 **Tacy byliśmy** (2)
13.45 **Wielka naturalna bariera** (2) – dok., Australia
14.45 **W krainie niedźwiedzia**
15.50 **Sekrety dzikich kwiatów** (3) – serial dok.
16.50 **Kultura miejska** (3)
17.50 **Sanatorium miłości 3** (1)
18.45 **Gerard Philippe – ostatnia zima Cyda**
20.05 **Banksy: Sztuka wyjęta spod prawa** – film dokum.
22.05 **Dzieci duchy** – film dok.
23.30 **Tamte lata, tamte dni**
0.10 **Życie i śmierci Maxa Lindera**

POLSAT DOKU HD

14.10 **Zaginione złoto II wojny światowej** (3) – serial dok.
15.05 **Poszukiwacze historii**
15.30 **I wojna światowa w liczbach** (3) – serial dok.
16.30 **Hitlerowscy poszukiwacze skarbów**
17.35 **Skanowanie historii** (3)
18.45 **Koszty wojny** (3) – dok.
19.55 **Najsłynniejsze napady**
20.55 **Megakonstrukcje przeszłości** (3) – dok., Fr.
22.00 **Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności** (7) – serial dokumentalny
22.55 **Sekrety Biblii** (3) – dok.
23.55 **Kroniki Hitlera** (8) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

6.05 **Australijscy łowcy bydła 2** (3) – dok., Australia
6.35 **Drewno z Kolumbii Brytyjskiej 2** (3-7) – dok.
11.15 **Kowboje z zimnych wód** (1-5) – serial dokum.
16.05 **Australijscy poszukiwacze złota 7**
21.00 **Special Ops: Prawda** (1, 2) – serial dokumentalny
22.10 **Tytani KSW** (2) – film dok.
23.10 **Militarny ranking** (3)
0.20 **Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk** (5-8) – dok.
3.25 **Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk 2** (1-3) – dok.

POLSAT VIASAT HISTORY HD

11.20 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (9, 10) – serial dok.
13.15 **Tajemnice rodziny Jezusa** – film dokum., Fr.
14.20 **Kto napisał Biblię?** – dok.
15.35 **Kto napisał Nowy Testament?** – film dokum.
16.45 **W poszukiwaniu biblijnej prawdy** (1, 2)
19.00 **Tajne bazy nazistów 4**
21.00 **II wojna światowa: Agentki** (3) – serial dokum.
22.05 **II wojna światowa – kobiety na froncie** (3)
23.05 **Pracując dla wroga** (3)
0.15 **Wielkie konflikty: powstania i upadki cywilizacji** (2) – serial dok.

CI POLSAT HD

16.30 **Akta Fajbusiewicza** (1)
17.00 **Zbrodnia: oszukać prawdę** (3) – serial dokum.
18.00 **Kobiety, które zabijają: wyznania zza krat** (4)
19.00 **Sprawa Iwony Wieczorek** (1) – film dok.
20.00 **Chippendales: mroczne sekrety** (1) – serial dok.
21.00 **Nastoletni mordercy** (2)
22.00 **Pierce Brosnan: Najbardziej zuchwałe napady** (8) – serial dok.
23.00 **Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach** (5) – dok.
23.55 **Seryjni mordercy: Grim Sleeper** – film dok., USA

TRAVEL CHANNEL HD

6.00 **Z wędką na koniec świata** (8, 9) – serial dok.
8.05 **Smakuj świat z Pascalem** (7, 8, 1, 2)
10.50 **Ambasady luksusu** (1)
11.50 **Niezwykłe hotele** (2, 3)
14.00 **Człowiek kontra jedzenie** (26-29) – mag.
16.00 **Kobieta na krańcu świata** (6-9) – serial dok.
18.15 **Ciężarówką przez Stany**
21.15 **Operacja: LOT** (5, 6) – dok.
23.20 **Pomocy! W moim domu straszy** (15) – serial grozy
0.20 **Mój przyjaciel grizzly**
1.20 **W co wierzą Osbournowie** (6-9)
5.25 **Za Donalem... do Europy**

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.00 **Anioł Pański**
12.15 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.50 **Słowo na niedzielę**
13.00 **Transmisja mszy świętej z kościoła pw. św. s. Faustyny Kowalskiej w Szczecinie**
14.15 **Janosik** (9, 10)
16.00 **Niedziela z...** – kult.
16.45 **63. KFPP w Opolu – Debiuty**
17.05 **Ja wam pokażę!** (6)
17.55 **Teleexpress**
18.15 **Kabaretomaniacy**
19.10 **63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza** (2)
20.10 **Program informacyjny 19.30**

TVP ROZRYWKA

9.30 **Koło fortuny** (2031)
10.10 **Tańcząca ze światem – Malta** (3)
10.40 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (6)
11.45 **Postaw na milion**
13.35 **Prywatne życie zwierząt 14** (6)
14.00 **Program rozrywkowy**
14.20 **Przyrodnik na tropie** (35) – dok.
14.55 **Olga Lipińska zaprasza** – talk-show
15.45 **Va banque** (960, 961) – teleturniej
16.55 **Koło fortuny** (2032)
17.40 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (7)
18.45 **Kabaret Ani Mru-Mru** – pr. rozr.
19.50 **Moje przeboje** (10)

POLSAT CAFÉ

6.00 **Komisarz Mama** (11, 12) – serial krym.
8.00 **Bogaty dom – biedny dom** (113)
9.00 **Rolniczki** (9, 10) – serial dok., Pol. 2024
11.00 **Działkowcy** (3) – dok.
12.00 **Darek Stolarz – remont w 3 dni** (5)
13.00 **Bogaty dom – biedny dom** (114)
14.00 **Nasz nowy dom** (333) – reality show
15.00 **Demakijaż** (218, 209) – program rozrywkowy
16.00 **Kolacja w ciemno** (55) – pr. rozrywk.
17.00 **Randka w ciemno** (12) – pr. rozrywk.
18.00 **Nasz nowy dom** (290, 291) – reality show, Polska

TV 4 DVB-T2

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (188) – reality show
6.55 **Ewa gotuje** (473) – magazyn kulinarny
7.30 **Wielkie tajemnice historii** (17, 18) – dok.
9.20 **Galileo** (1174, 1175)
11.20 **Mini Galileo** (40)
11.45 **Hotel**
FILM **Transylwania 3** – film animowany, USA/Korea Południowa 2018, 120 min
13.45 **Obsesja** – thriller, USA
FILM 2009, reż. Steve Shill, wyk. Idris Elba, 135 min
16.00 **Lot 93 z Newark**
FILM – dramat sensacyjny, USA 2006, 115 min
17.55 **Uroczysko** (163-166) – serial krym., Polska

TTV HD DVB-T2

12.05 **Zakup w ciemno 4** (25) – reality show
13.10 **Zakup w ciemno extra** (22)
13.40 **Damy i wieśniaczki. PL 11** (4) – fab.-dok.
14.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (9)
15.45 **Express** – pr. inform.
16.05 **Idź na całość 2** (7)
17.10 **Życie na kredycie 8** (3) – reality show
17.45 **Express** – pr. inform.
18.00 **Pogoda, sport**
18.10 **Życie na kredycie 8** (4) – reality show
18.45 **Żony Podlasia 3** (3)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.00 **Zakup w ciemno 7** (22) – reality show
21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (10)

TVN STYLE HD

5.20 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (2)
5.55 **Rajska posiadłość Pameli Anderson** (4) – dok., Kanada/Niemcy
6.50 **Będzie pięknie** (3)
7.45 **Dzień Dobry TVN**
11.25 **Ostre cięcie** (1) – rozr.
12.30 **Babski biznes** (3)
13.30 **Jestem z Polski 16** (10, 9, 11) – dok., Pol.
16.35 **Bitwa o gości** (7) – reality show
17.35 **Do zobaczenia** (6) – mag. poradnikowy
18.10 **Ugotowani** (7) – pr. kulin.-rozrywk.
19.10 **Kuchenne rewolucje** (6, 7) – program rozrywkowy
21.05 **Ostre cięcie** (1) – program rozrywkowy

20

KRYMINALNY

20.50 **Komisarz Alex 23** (282) – Polska 2025

W willi znaleziono ciało pośrednika w sprzedaży nieruchomości. Dom, który zarządzany jest przez system komputerowy, okazuje się pułapką dla funkcjonariuszy.

21.40 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
23.40 **Babylon Tour** (1)
0.40 **Ja wam pokażę!** (6)
1.30 **Program informacyjny 19.30**
2.00 **Pogoda**
2.05 **Zatoka szpiegów** (6)
2.55 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**

ROZRYWKOWY

20.30 **Kocham Cię, Polsko!** (4)

Tym razem swoją wiedzę o naszym kraju sprawdzą m.in. Ania Rusowicz, Joanna Moro, Tomasz Oświeciński, Łukasz Zagrobelny oraz mecenas Piotr Kaszewiak.

22.00 **Postaw na milion**
0.00 **Koło fortuny** (2032, 2026) – telet.
1.30 **Do śmiechu!** (66, 67)
3.30 **Kabaret Letnią Porą** (34) – pr. rozrywk.
4.25 **Kabaret Potem przedstawia – Trąbka dla gubernatora** – rozr.

REALITY SHOW

20.00 **Bogate dzieciaki bez kasy** (32) – Polska

Patrycja pracuje na zmiany, a jej mąż Michał jest hydraulikiem. Ich miesięczne dochody nie przekraczają 5000 złotych. Rodzinę odwiedzi zamożna Jessica.

21.00 **Gry małżeńskie** (208) – reality show
22.00 **Wstydliwe choroby** (1) – serial dok.
23.00 **Gry małżeńskie** (120, 121)
1.00 **Kolacja w ciemno** (55, 56) – pr. rozrywk.
3.00 **Więzienie kobiet** (86, 87) – serial dokum.

KRYMINALNY

20.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (996-999)

Garda i Górska wyjaśniają okoliczności śmierci Macieja Mirowskiego. Sprawę łączą z nielegalną hodowlą psów. Wojtala bada zwęglone zwłoki z ogródków działkowych.

0.00 **STOP Drogówka**
1.00 **Wielkie tajemnice historii** (19, 20) – dok.
2.55 **Interwencja** – mag.
3.25 **Lubię disco!** (265)
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

DOKUMENTALNY

22.00 **Żony Podlasia 3** (4) – Polska 2025

Benia udaje się do komisu. Wybieranie auta staje się pretekstem do rozmowy o mężczyznach. Karolina przygotowuje dla nowych sąsiadów regionalny prezent.

23.00 **Nic do zgłoszenia 5** (2) – serial dokum., Pol.
0.00 **Damy i wieśniaczki. PL 6** (9) – fab.-dok.
1.00 **Kanapowcy 5** (2)
2.00 **SOS. Ekipy w akcji** (5, 6) – paradok., Pol.
4.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (509) – serial fab.-dok., Pol.

DOKUMENTALNY

22.05 **Taylor Swift kontra Scooter Braun** (1/2)

Słynna amerykańska artystka toczy spór o prawa autorskie z menadżerem Scooterem Braunem. Widzowie poznają kulisy konfliktu, którego stawką są miliony dolarów.

23.15 **EuroPOLKI studentki** (8-ost.) – program rozrywkowy
0.15 **Cały jej świat** (7) – program edukacyjny
1.15 **Nieoczywiste miejsca** (7, 8) – dok.
2.20 **Apetyt na miłość 5** (11) – pr. rozrywk.
3.20 **Co nas truje** (5, 6)

TVP HD HD

8.55 **Ojciec Mateusz 18** (230, 231) – krym., Pol. 2017
10.45 **Czy wiesz, że?** (281)
11.20 **Na sygnale** (619, 620)
12.25 **Ojciec Mateusz 5** (60)
13.20 **Komisarz Alex 2** (24)
14.15 **Ranczo 4** (47, 48) – obycz.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 23** (302)
19.20 **Ranczo 5** (60-62) – obycz.
22.20 **Cwał** – komediodramat,
FILM Polska 1995, 120 min
0.20 **Tulipan** (1, 2) – obycz., Pol.
2.40 **Rodziny się nie wybiera**
FILM – komedia, Francja 2018, reż. Dany Boon, 115 min

TVS HD

8.05 **Przy muzyce po Śląsku**
8.35 **Muzyczne dzień dobry**
9.35 **Przy muzyce po Śląsku**
10.55 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
11.25 **Muzyczne podróże Karoliny Treli** – pr. rozr.
12.20 **Hansi Hinterseer zaprasza** – pr. rozrywk.
14.30 **Śląska karuzela** – muz.
16.00 **Koncert życzeń**
17.50 **Szlagierowa lista** – muz.
19.45 **Koncert w TVS** – pr. muz.
21.45 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Jedna łyżeczka miłości** – film obyczajowy, Niemcy 2020, 110 min
23.35 **Śląska karuzela** – muz.
1.20 **Program kulinarny**

ZOOM

8.00 **Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę**
9.35 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
11.45 **Sensacje XX wieku**
14.00 **Stawka większa niż życie** (9, 10) – wojenny, Pol.
16.45 **Co mi zrobisz, jak mnie**
FILM **złapiesz** – komedia, Polska 1978, 135 min
19.00 **Kabaretowe przeboje 4**
20.00 **Hity polskiego kabaretu 7** (8, 1) – pr. rozr.
22.00 **Eksperyment: Odsiadka**
23.00 **Magia nagości. Najsmaczniejsze kąski**
0.05 **Adam szuka Ewy. Niemcy** (1) – pr. rozrywk.

TLC HD

13.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami** (14) – reality show
14.00 **Włoskie zdrady** (15, 16)
15.00 **Wiza na miłość: David i Annie 2** – reality show
16.00 **Wiza na miłość: ostatnia szansa 2** – reality show
18.00 **100 kucharzy**
19.30 **Megasknery: Brazylia**
20.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
21.00 **Wiza na miłość 12** (5)
23.00 **Transplantacja: drugie życie** – serial dokum.
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy**
1.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show

C+ KUCHNIA HD

14.50 **Kulisy wielkiej kuchni**
15.45 **Po prostu Jamie: szybko i łatwo** (3) – magazyn kulin.
16.40 **Letnie inspiracje** (3)
16.50 **Z pola na stół** (3) – dok.
17.15 **U sąsiadów w kuchni 16** (5, 6) – serial dokumentalny
18.25 **Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę** (3-5) – serial dok., Pol. 2023
19.45 **Dzień dobry, obiad 2**
20.40 **M jak mięso 10** (6, 7)
21.30 **Wszystkie smaki fermentacji** (2) – dok.
22.00 **Podróż przez smaki Chin 4** (6, 7) – serial dokum.
23.55 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8** (1)

TVN TURBO HD

11.45 **Z drugiej ręki** (9) – mag.
12.30 **Jeździć, obserwować** (1)
13.15 **Moto kombat** (5) – mag.
14.00 **Zawodowi handlarze**
15.30 **Naprawy nie do naprawy** (2, 6) – mag.
17.00 **Ciężarówką przez Stany 4** (3) – pr. rozrywk.
18.00 **Mobilni mechanicy** (2)
18.45 **Raport końcowy** (823)
19.10 **Nic do zgłoszenia 3** (7, 8)
21.10 **Jeździć, obserwować** (1)
21.55 **Moto kombat** (5) – mag.
22.40 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (5) – pr. rozr.
23.10 **Moto Fachury** (5) – mag.
23.55 **Wojny samochodowe** (5)
0.55 **101 napraw** (3, 4) – mag.

NOWA TV DVB-T

8.20 **Frieren. U kresu drogi**
9.30 **Dragon Ball Super** (37-43)
13.00 **One Punch Man** (5, 6)
14.00 **Kabaret na dobry wieczór. Paranie-normalni Show**
16.00 **Nowa Rewia Kabaretowa** (12, 13)
18.00 **Kabaret na żywo. Przystanek Radość** (2)
20.00 **Nowa Rewia Kabaretowa** (11) – pr. rozr.
21.00 **Zdrady** (72-75) – paradok.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (63, 64)
3.50 **Wehikuł czasu** (621, 620)
4.00 **Sala operacyjna** (6, 8)
5.00 **Pod lupą** (4, 5) – magazyn

METRO

8.05 **Klan z Alaski** – serial dok.
10.05 **The Floor** (1, 2) – telet.
11.35 **Krowy na wypasie** – film
FILM animowany, Niemcy/USA 2006, 115 min
13.30 **Diagnoza** (2, 3) – obycz.
15.30 **Kryminalni** (5-7) – krym.
18.50 **Milionerzy** (617, 618)
20.00 **Yellowstone** (1) – obycz.
22.00 **Kosmiczni kowboje**
FILM – film s.f., USA 2000, reż. Clint Eastwood, 155 min
0.35 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4** (3) – dok.
1.40 **Szpital** (760) – paradok.
2.40 **Szkoła** (504) – paradok.
3.40 **Nowa Maja w ogrodzie 4** (7, 10, 11)

ANTENA HD DVB-T2

7.10 **Oszukali przeznaczenie. Historie prawdziwe 13**
8.10 **Papież: Najpotężniejszy człowiek w historii** (2)
9.05 **Gdzie tu coś zjeść?** (9)
10.05 **Ewakuacja Ziemi** – dok.
12.05 **Polska. Największe dylematy** (6) – pr. publ.
13.05 **Polska. Największe tajemnice** (4) – pr. rozr.
14.05 **Łowcy skarbów 2** (16-19)
18.00 **77 TV 5** (29, 10) – pr. rozr.
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (23, 24) – krym.
0.10 P! **Ann Rule's Sleeping**
FILM **With Danger** – thriller, Kanada/USA 2020, 105 min
1.55 **77 TV 5** (13, 7, 15) – pr. rozr.

WP DVB-T

13.05 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4** (5)
14.05 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (3) – dok.
15.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2**
16.00 **Policjanci w akcji** (5)
16.55 **Pogoda**
17.00 **Policjanci z sąsiedztwa 3** (3-7)
21.55 **Pogoda**
22.05 **Mistrzowie Kabaretu 4**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 16** (8) – program rozrywkowy
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 15** (7) – program rozrywkowy
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 10** (7) – program rozrywkowy
2.00 **Mistrzowie Kabaretu 5**

C+ DOMO HD

12.25 **Ucieczka na wieś 24** (33, 34) – serial dokum.
14.20 **Wielkie projekty: Szwecja 5** (8) – serial dok.
15.15 **Luksusowa ucieczka 6**
16.10 **Adres: rezydencje marzeń** (3) – serial dok.
17.15 **Wiejskie domy do liftingu 3** (4) – dok.
18.05 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 7** (6)
18.30 **Daleko od miasta 13** (8)
19.00 **Ucieczka na wieś 22** (20)
19.50 **Letnie inspiracje** (3)
20.00 **Ucieczka na wieś 22** (21)
21.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (13, 14) – dok.
22.50 **Cudotwórcy 7** (23, 24)

HGTV HD

11.05 **Polowanie na ogród 2** (7)
11.35 **Polowanie na ogród 6** (2)
12.05 **Polowanie na ogród 3** (2)
12.40 **Letnia chata na lata** (3, 2)
14.35 **Zgłoś remont 4** (2) – rozr.
15.35 **Będzie pięknie** (6) – rozr.
16.40 **Weekendowa metamorfoza 5** (1) – rozr.
17.40 **Kamera, akcja, wpadka!**
19.20 **House Hunters – Poszukiwacze domów 3** (3-6) – pr. rozr.
21.30 **Dorota inspiruje** (8)
22.25 **Dorota inspiruje 3** (1)
23.25 **Najgorętsze nieruchomości pod słońcem** (5, 6) – serial dok.
0.30 **Sprzątaczki 2** (7-9)

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Sekrety rodziny** (145) – paradok., Pol.
7.30 **Z klimatem i z pasją** (246) – pr. publicyst.
8.00 **Sekrety rodziny** (146) – paradok., Pol.
9.00 **Trudne sprawy** (972-976) – paradok.
14.00 **Sekrety rodziny** (147) – paradok., Pol.
15.05 **Więzienie kobiet** (102-105) – dok., Pol.
17.00 **Nasz nowy dom** (363) – reality show
18.20 FILM **Spider-Man: Daleko od domu** – film s.f., USA/Czechy/Australia 2019, reż. Jon Watts, wyk. Tom Holland, Marisa Tomei, Zendaya, 155 min

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.40 **SuperLudzie** (35) – serial dok., Pol. 2019
7.15 **Była sobie Ziemia**
10.00 **SuperMocni** (12)
10.30 **SuperMocni** (1)
11.00 **Pogromcy duchów.**
FILM **Dziedzictwo** – komedia s.f., USA/Kanada 2021, 155 min
13.35 FILM **I kto to mówi!** – komedia, USA 1989, 130 min
15.45 FILM **Bezsenność w Seattle** – komedia romantyczna, USA 1993, 130 min
17.55 **Świat według Kiepskich** (132, 529) – serial kom., Polska
19.00 **Randka w ciemno** (11, 12) – pr. rozrywk.

TV 6 DVB T

6.00 **Columbo** (13, 14) – serial kryminalny, USA 1973
9.05 **Poirot** (3, 4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
11.35 FILM **Hellboy** – horror s.f., USA 2004, reż. Guillermo del Toro, wyk. Ron Perlman, John Hurt, Selma Blair, Rupert Evans, 145 min
14.00 **Policjantki i Policjanci** (225-228) – serial obycz., Polska
18.00 **Strażnik Teksasu** (5, 6) – serial sens., USA 1998-1999
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (29, 30) – serial kryminalny, USA 2003-2004

BBC FIRST HD

6.00 **Ojciec Brown 5** (11, 12) – serial krym., Wielka Brytania 2017
7.30 **Detektyw z Chelsea** (2) – serial kryminalny
8.35 **Śmierć z dala od palm 4** (6) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
9.50 **Lewis 9** (1, 2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
11.50 **Ale akcja! 2** (2-4) – serial obyczajowy
13.50 **Śmierć pod palmami 14** (2) – serial kryminalny
14.55 **Ojciec Brown 13** (10) – krym., Wlk. Bryt. 2026
15.55 **Tajemnice Brokenwood 11** (5) – krym., Nowa Zelandia
17.50 **Ulica nadziei 5** (6) – serial kryminalny

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

9.30 **Ziarno** – pr. dla dzieci
10.00 **Hulahoo** – kurs języka angielskiego dla dzieci
10.05 **Bajnutki – bajki piaskiem i dźwiękiem pisane** (16) – widowisko
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat**
10.45 **Pamiętnik Florki**
11.05 **Małe i duże przygody Miffy** (35)
11.20 **Świnka Peppa**
11.35 **Stacyjkowo** (97, 98)
11.55 **Strażak Sam** (10, 11)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Halo, halo!** (76)
13.00 **Zwierzaki Czytaki** (258) – program eduk.
13.20 **Pszczółka Maja** (42)
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

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

20

DRAMAT SF

20.55 FILM **Elizjum** – USA 2013, reż. Neill Blomkamp, 130 min

Rok 2154. Umierający robotnik Max De Costa wypowiada wojnę systemowi. By ocalić życie, musi dostać się na stację kosmiczną.

23.05 FILM **7 sekund** – film sensacyjny, Rumunia/Szwajcaria/Wielka Brytania 2005, 120 min
1.05 **Komisarz Mama** (2) – serial krym., Polska
2.15 **Wydarzenia**
3.05 **Oblicza Ameryki**
3.35 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn

DRAMAT SENSACYJNY

21.00 FILM **Bank** – Niemcy/USA/Wielka Brytania 2009, 150 min

Louis Salinger wpada na trop przestępczej działalności władz jednego z najpotężniejszych banków świata. Pomaga mu asystentka prok. gen. Eleanor Whitman.

23.30 FILM **Erin Brockovich** – dramat obyczajowy, USA 2000, 155 min
2.05 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (5) – kom.
2.35 **Świat według Kiepskich** (28, 81, 59)
4.00 **Nasz nowy dom** (217, 218)

KRYMINALNY

21.55 **Kości** (97, 98) – USA 2009-2010

W miejscu, w którym rozegrała się jedna z najważniejszych bitew wojny secesyjnej, zostają znalezione ludzkie szczątki. To zwłoki stomatologa Dana.

23.55 FILM **Resident Evil: Zagłada** – horror, Francja/Australia/Niemcy 2007, 120 min
1.55 **Krejzi patrol** (14) – serial krym., Polska
2.25 **Kochane pieniądze** (68-70) – paradok., Pol.
5.30 **SuperLudzie Extra** (4) – magazyn

KRYMINALNY

18.50 **Detektyw z Chelsea** (2) – Wlk. Bryt./USA

Inspektor Max Arnold i jego zespół znajdują dowód, że mężczyzna, adresat namalowanej na lustrze wiadomości, został zamordowany.

19.50 **Śmierć pod palmami 14** (3)
21.00 **Tajemnice Brokenwood 11** (6)
22.55 **Pomost** (4) – krym.
0.10 **Na niebieskich światłach 2** (6)
1.15 **Śmierć pod palmami 14** (3)
2.25 **Tajemnice Brokenwood 11** (6)

ANIMOWANY

14.30 **Świnka Peppa 8** (21, 22) – Wielka Brytania 2019

Sympatyczna Peppa razem ze swoimi przyjaciółmi bawi się i poznaje świat. W perypetiach często towarzyszą jej brat oraz rodzice.

14.45 **Kid Lucky** (17, 18)
15.15 **Ugotuj nam bajkę**
15.35 **Bella i Sebastian**
16.05 **Krecio** (1, 2) – anim.
16.35 **Rev i Roll** (17, 18)
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik** (3, 4)
18.00 **Kucharz Shane**
18.25 **Leo da Vinci 2**
19.00 **Tyciaki**

INFORMACYJNY

20.00 **W kuluarach**

Prowadzący program: Agata Adamek, Piotr Kraśko oraz Radomir Wit, podsumowują najważniejsze wydarzenia minionego tygodnia.

21.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.00 **Fakty po Faktach**
0.50 **Kawa na ławę**
2.00 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
2.30 **Szkło kontaktowe**
3.30 **Fakty po Faktach**
4.15 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (2-4)
9.00 **Kołowrotek** (232) – mag.
9.30 **Taaaka ryba** (116) – mag.
10.00 **Jedziemy na ryby!**
12.05 **Chłopaki do wzięcia**
13.00 **Zawód glina** (11) – dok.
14.00 **Budowlańcy** (51, 52)
15.00 **Złomiarze** (51) – dok., Pol.
16.00 **Polacy za granicą**
18.05 **Górale** (152-156, 234)
21.05 **Chłopaki do wzięcia** (489, 490) – serial dokum.
22.00 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (243) – dok.
22.30 **Łowca pedofilów** (241)
23.05 **Więzienie** (227, 228) – dok.
0.05 **Tajna historia XX wieku**
4.05 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

9.55 **Dieta czy cud?** (2, 3)
11.25 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (8) – mag.
12.10 **Wiem, co jem 4** (8) – mag.
12.40 **Londyńska rewolucja Magdy Gessler** – reportaż
13.40 **Kuchenne rewolucje**
15.45 **Kuchnia jak u mamy**
16.55 **Symon gotuje w ogrodzie** (1, 2) – mag.
18.05 **MasterChef** (7) – pr. rozr.
19.35 **Dziwaczne potrawy** (5)
20.35 **Pojedynek na grille** (9)
21.40 **Wiosenny turniej wypieków** (11)
22.45 **Apetyt na miłość** (8)
23.45 **Perfekcyjni gospodarze 9** (26, 27)

POLSAT RODZINA HD

8.55 **JesteśmyDlaDzieci**
9.25 **Wszystko, co chcielibyście wiedzieć**
10.30 **Msza święta dla dzieci**
11.25 **The Americas** (10) – dok.
12.30 **Co ludzie powiedzą?** (27-29) – serial komediowy
14.30 **Niezwykłe konstrukcje**
16.50 **Świat z góry. Jedwabny Szlak** (2) – dok., Singapur
18.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (20, 21)
19.00 **W pustyni i w puszczy**
FILM – przyg., Pol. 2001, 125 min
21.05 **Miodowe lata** (30) – kom.
22.00 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (174) – pr. rozr.
0.00 **The Americas** (10) – dok.

BBC LIFESTYLE HD

6.50 **Antyki z Francji: na tropie okazji** (5, 6)
8.50 **Kurorty sławnych i bogatych** (3, 4) – dok.
10.50 **Mistrzowie szycia 9**
14.10 **Wielkie amerykańskie wypieki 6** (4, 5) – pr. rozr.
16.35 **Kulinarne podróże Billy'ego i Doma** (6, 7)
18.45 **Najpiękniej ukryte hotele 2** (1) – serial dokum.
19.50 **Mistrzowie szycia 11**
22.00 **Oblicza seksu** (1, 2) – dok.
0.00 **Wstydliwe choroby: dzieci** (3, 4) – serial dokum.
2.00 **Wielkie taneczne show 20** (17, 18) – pr. rozr.
4.15 **Mistrzowie szycia 11**

NICK JR. HD

16.40 **Psi Patrol 6** (11) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa 4** (8)
17.30 **Pan Krokodyl** (13) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (9) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (6) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (10)
19.25 **Przygody Misia Paddingtona** (6, 11)
20.00 **Świnka Peppa 3** (1)
20.01 **Świnka Peppa 2** (53)
20.06 **Świnka Peppa 3** (2-5)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (21) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka 2** (26) – anim., Fr.

POLSAT NEWS HD

15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
17.30 **Z drugiej strony** – publ.
18.35 **Debata polityczna** – publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.30 **Państwo w państwie**
21.00 **Polsat News ujawnia: Niewolnictwo po polsku** – reportaż
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Czysta Polska** – pr. inf.

TVP KOBIETA DVB T2

13.00 **Świat w obłokach – muzyczni spadkobiercy Marka Grechuty** (2) – koncert
14.00 **Rodzinka.pl** (138, 139)
15.00 **Podróże Małej i Dużej 6**
15.30 **Ojciec Mateusz** (419, 420)
17.25 **Szalenie odważna hrabina** – film dok., Pol.
18.35 **Daję słowo – Maciej Orłoś** (4) – talk-show
19.30 **Miłość i nadzieja** (281)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (262) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **Cztery pory roku w Hawanie** (2) – krym.
22.30 **Labirynt** – thriller, USA 2013, 165 min
FILM

E! ENTERTAINMENT HD

8.50 **WAGS LA** (7, 8) – dok.
10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (6, 7)
14.20 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (1, 2) – rozr.
16.10 **Plastyczna fuszerka** (18)
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów**
20.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (3, 4) – rozr.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (6, 7)

TV TRWAM DVB T

17.00 **Natura et Homo**
17.30 **Sól ziemi**
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – program hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Baśniowy teatr lalek**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Retrospekcja** – pr. publ.
21.45 **Stan bezpieczeństwa państwa** – pr. publicyst.
22.00 **Mocni Jego mocą**

BBC BRIT HD

10.10 **Allo, allo! 4** (1-3) – kom.
11.50 **Najbardziej luksusowe...**
13.50 **Top Gear: samoloty, pociągi i inne pojazdy**
16.00 **Cuda inżynierii kolejowej** (1) – serial dok.
17.00 **Samochód roku 3** (5, 6)
18.05 **Najbardziej luksusowe...**
20.00 **Nieznane dzieje II wojny światowej** (5) – serial dok.
21.00 **Cuda inżynierii kolejowej** (1) – serial dok.
22.00 **Top Gear: samoloty, pociągi i inne pojazdy** (7)
23.05 **Najbardziej luksusowe...**
0.50 **Nieznane dzieje II wojny światowej** (5) – serial dok.
1.45 **Top Gear 4** (3, 4, 6, 7)

MINI MINI+ HD

13.21 **Kicia Kocia 2** (13, 1)
13.37 **Robotkowo** (9, 10) – anim.
13.55 **Moje urodziny** – dla dzieci
14.00 **Bing** (21, 22) – serial anim.
14.20 **Strażak Sam 16** (21, 22)
14.45 **Looloo Kids** (24) – anim.
15.01 **Gazu, pieski, gazu!** (18)
15.28 **Kicia Kocia 2** (7, 8) – anim.
15.45 **Jeżyk Happy** (2, 3) – anim.
16.02 **Marta mówi** (47) – anim.
16.30 **Mega Ekspres** (27, 28)
16.56 **Ciekawski George** (5, 6)
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.55 **Dora i przyjaciele 2** (5-8)
19.40 **Smerfy** (6) – serial anim.
20.08 **Cloudy & Stormy** (5-8)
20.35 **Dolina Muminków 2** (6)
21.01 **Wierszyki domowe** (5)

TVP 3 DVB T2

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

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

Warto zobaczyć

10.20 TVP KULTURA
Mała mama
OBYCZAJOWY Po śmierci babci Nelly spotyka podczas zabawy łudząco podobną do siebie rówieśnicę. Między dziewczynkami rodzi się przyjaźń. *Reż.: Céline Sciamma, A: Joséphine Sanz, Gabrielle Sanz, Nina Meurisse Francja 2021* **85 min ► do godz. 11.45**

15.55 ALE KINO+
Morderstwo na zlecenie
KRYMINALNY Holmes tropi Kubę Rozpruwacza. Musi rozwiązać zagadkę jego tożsamości, a także stawić czoło korupcji. *Reż.: Bob Clark, A: Christopher Plummer, James Mason Wlk. Bryt./Kan. 1979* **140 min ► do godz. 18.15**

17.20 TVN FABUŁA
Alvin i wiewiórki 3
FAMILIJNY Muzykalne gryzonie trafiają na bezludną wyspę. Traktują to jak kolejną przygodę. Malownicze miejsce skrywa sekret. *Reż.: Mike Mitchell, A: Jason Lee, David Cross, Andy Buckley USA 2011* **100 min ► do godz. 19.00**

17.55 FILMBOX+ HITS
Szef
KOMEDIA Carl pod wpływem impulsu rzuca pracę w renomowanej restauracji. Za namową byłej żony otwiera food truck z kanapkami. *Reż.: Jon Favreau, A: Jon Favreau, John Leguizamo, Dustin Hoffman USA 2014* **125 min ► do godz. 20.00**

18.50 POLSAT FILM
28 dni
KOMEDIODRAMAT Uzależniona od alkoholu dziennikarka po wypadku trafia do kliniki odwykowej. Tam uświadamia sobie swój problem. *Reż.: Betty Thomas, A: Sandra Bullock, Viggo Mortensen, Azura Skye USA 2000* **130 min ► do godz. 21.00**

19.30 HBO 2
La Grazia
OBYCZAJOWY Prezydent Włoch mierzy się z dylematami wywołanymi przepisami o eutanazji i kwestią ułaskawienia dwóch skazańców. *Reż.: Paolo Sorrentino, A: Toni Servillo, Anna Ferzetti, Orlando Cinque Włochy 2025* **130 min ► do godz. 21.40**

20.00 KINO POLSKA
7 uczuć
KOMEDIODRAMAT Adam Miauczyński ma problemy z nazwaniem towarzyszących mu emocji. Powraca do czasów dzieciństwa. *Reż.: Marek Koterski, A: Michał Koterski, Marcin Dorociński, Violetta Arlak Polska 2018* **150 min ► do godz. 22.30**

20.00 FILMBOX+ ONE
Lektor
OBYCZAJOWY Hanna romansuje z dużo młodszym Michaelem. Po latach chłopak rozpoznaje ją na procesie nazistowskich zbrodniarzy. *Reż.: Stephen Daldry, A: Ralph Fiennes, Kate Winslet, David Kross Niemcy/USA 2008* **160 min ► do godz. 22.40**

→ filmowe hity

Rodzina staje się celem włamywaczy. Upokorzony mąż i ojciec postanawia wyrównać rachunki.

20.00 POLSAT
Nikt
SENSACYJNY Niedoceniany mężczyzna ujawnia swoje umiejętności w konfrontacji z bandytami.

HIT DNIA Do domu Hutcha Mansella nocą zakradają się uzbrojeni złodzieje. By nie narażać rodziny na niebezpieczeństwo i uniknąć krwawego scenariusza, mężczyzna postanawia zaniechać jakiejkolwiek obrony. Niebawem na miejscu zjawiają się funkcjonariusze policji. To jednak nie kończy sprawy. Nastoletnie dzieci i żona Becca okazują rozczarowanie jego bierną postawą, a sąsiedzi i współpracownicy nie szczędzą kpin. Ta sytuacja wyzwala w spokojnym dotąd mężu i ojcu długo tłumione emocje. Nikt nie ma pojęcia, że pracował on kiedyś na zlecenie niebezpiecznych ludzi. Hutch powraca na ścieżkę przemocy. Brutalnie zaprowadza sprawiedliwość, dając upust swojej wściekłości i frustracji. Musi nie tylko chronić najbliższych, lecz również spłacić pewien stary dług. **HD 120 min ► do godz. 22.00**

USA/Japonia/Chiny 2021 **Reż.:** Ilya Naishuller **Wyst.:** Bob Odenkirk, Aleksiej Sieriebriakow, Connie Nielsen

20.00 TV PULS
Poza zasięgiem
SENSACYJNY Były agent (Steven Seagal) przyjeżdża do Polski, aby odnaleźć zaginioną nastolatkę. Z pomocą policjantki rozpoczyna śledztwo. Okazuje się, że dziewczynę uprowadzili handlarze żywym towarem.

Reż.: Po-Chih Leong Wyst.: Ida Nowakowska USA/Pol. 2004 **HD 110 min ► do godz. 21.50**

20.00 STOPKLATKA
90 minut do śmierci
THRILLER Opuszczony szpital ma zostać wyburzony. Szef gangu, który przebywa w więzieniu, ukrył w budynku 3 mln dolarów. Pojawiają się chętni na przejęcie fortuny, m.in. Mike (Scott Adkins).

Reż.: Dolph Lundgren Wyst.: Dolph Lundgren USA 2021 **HD 115 min ► do godz. 21.55**

21.15 TVP KULTURA
Świat to za mało
SENSACYJNY Bond (Pierce Brosnan) wyjaśnia zagadkę śmierci właściciela szybów naftowych oraz linii lotniczych. Ochrania również córkę biznesmena. Wpada na trop terrorysty, który chce przejąć bombę neutronową.

Reż.: Michael Apted Wyst.: Sophie Marceau Wlk. Bryt. 1999 **HD 135 min ► do godz. 23.30**

22.00 TVN
Morze śmierci
THRILLER Kaya (Isabel Gravitt) i jej znajomi mają wypadek na skuterach wodnych. Pomocy udziela im kapitan kutra. Ratunek jest początkiem koszmaru. Przyjaciele muszą stawić czoło prawdzie o swoim wybawcy.

Reż.: Phil Volken Wyst.: Genneya Walton USA 2024 **HD 105 min ► do godz. 23.45**

22.15 TVN 7
Mayday
KOMEDIA Taksówkarz Janek (Piotr Adamczyk) ma dwie żony, Basię i Marysię (Weronika Książkiewicz), które nie wiedzą o swoim istnieniu. Lawiruje między kobietami. Jego sytuacja się komplikuje, gdy ulega wypadkowi.

Reż.: Sam Akina Wyst.: Adam Woronowicz Polska 2020 **HD 140 min ► do godz. 0.35**

23.05 TV 4
Nieśmiertelny
FANTASY Na ulicach Nowego Jorku pojawiają się dwaj wrogowie – Connor MacLeod (Christopher Lambert) i Victor Kurgan. Obaj zginęli w XVI wieku w wojnie ze szkockimi klanami. Tajemnicze siły przywróciły ich do życia.

Reż.: Russell Mulcahy Wyst.: Sean Connery USA 1986 **HD 150 min ► do godz. 1.35**

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

filmowe hity

Niepozorne kobiety zaczynają siać postrach w całej dzielnicy.

20.00 TVN 7

Królowe zbrodni

KRYMINALNY Żony aresztowanych przestępców wkraczają do świata mafii. Zaprowadzają własne porządki.

HIT DNIA

Nowy Jork, 1978 rok. Trzech gangsterów za sprawą FBI trafia do zakładu karnego. Zostawiają po sobie chaos w organizacji, a także osamotnione żony, które muszą się przystosować do zupełnie nowej rzeczywistości. Kathy, Ruby oraz Claire postanawiają przejąć kontrolę nad działalnością swoich mężów. Wkraczają w bezwzględny i okrutny świat, który dotychczas był im obcy. Okazuje się, że są urodzonymi kryminalistkami. Brutalnie zwalczają konkurencję i obmyślają nowe oszustwa. Wkrótce zaczynają rządzić całą okolicą. HD 135 min ▶ do godz. 22.15

USA/Kanada 2019 **Reż.:** Andrea Berloff **Wyst.:** Melissa McCarthy, Tiffany Haddish, Elisabeth Moss, Domhnall Gleeson

21.50 TV PULS

Maczeta

SENSACYJNY Meksyk. Były agent federalny Cortez (Danny Trejo), który stracił rodzinę w porachunkach z mafią, ma zlikwidować amerykańskiego senatora. Zostaje zdradzony przez zleceniodawcę. Pragnie zemsty.

Reż.: Robert Rodriguez, Wyst.: Robert De Niro USA 2010 HD 125 min ▶ do godz. 23.55

22.00 POLSAT

Niezłomny

WOJENNY II wojna światowa. Lekkoatleta Louis (Jack O'Connell) wstępuje do wojska. Jego samolot zostaje zestrzelony. Po 47 dniach na oceanie Amerykanin trafia do japońskiej niewoli. Strażnik chce go złamać.

Reż.: Angelina Jolie Wyst.: Domhnall Gleeson USA 2014 HD 175 min ▶ do godz. 0.55

23.25 TVP 2

Zabić na końcu

KOMEDIA SENSACYJNA Niezadowoleni z zarobków pracownicy łódzkiej fabryki, ślusarz (Piotr Siwkiewicz) i strażnik (Wojciech Malajkat), zamierzają okraść zakładowy sejf. W kasie nie ma pieniędzy, jest za to sporo alkoholu.

Reż.: Wojciech Wójcik Wyst.: Jolanta Nowak Polska 1990 HD 100 min ▶ do godz. 1.05

23.45 TVN

Matrix Rewolucje

SCIENCE FICTION Neo (Keanu Reeves) jest uwięziony w miejscu znajdującym się między światem maszyn a Matriksem. Obie te rzeczywistości zamierza zniszczyć agent Smith. Mieszkańcy Zionu szykują się do obrony.

Reż.: Andy i Larry Wachowcy Wyst.: Mary Alice USA 2003 HD 160 min ▶ do godz. 2.25

sport

11.00 C+ SPORT 2

Turniej WTA w Bad Homburg

TENIS LIVE Iga Świątek wraca na kort po nieudanym dla niej French Open. Turniej w Niemczech jest dla Polki próbą generalną przed Wimbledonem. W Bad Homburg zagrają także m.in. Elina Switolina, Jelena Rybakina i Diana Shnaider. HD 120 min ▶ do godz. 13.00

18.50 TVP 2

Argentyna – Austria

PIŁKA NOŻNA LIVE Przed startem mundialu eksperci prognozowali, że stawką meczu w Dallas będzie pierwsze miejsce w grupie J. Dotąd Argentyna i Austria nie grały ze sobą w turnieju rangi mistrzowskiej. HD 155 min ▶ do godz. 21.25

22.50 TVP 1

Francja – Irak

PIŁKA NOŻNA LIVE Wicemistrzowie świata w swoim drugim grupowym starciu zmierzą się z 57. drużyną w rankingu FIFA. Irakijczycy dopiero po raz drugi w historii biorą udział w mundialu, a od ich poprzedniego występu minęło 40 lat. HD 165 min ▶ do godz. 1.35

1.50 TVP 1

Norwegia – Senegal

PIŁKA NOŻNA LIVE

W East Rutherford naprzeciw siebie staną drużyny rywalizujące w grupie I, które znakomicie spisały się w eliminacjach do mundialu. Obie zakończyły je bez porażki na koncie. HD 155 min ▶ do godz. 4.25

rozrywka

20.50 TVN

Bitwa o gości

REALITY SHOW Asia i Piotr zapraszają do pływających domków na Odrze pod Wrocławiem. Weronika i Kasia oferują pobyt w apartamentach mieszczących się w XIX-wiecznej wieży w Gnieźnie. Jamie i Mateusz oprowadzają gości po pałacu w Osowej Sieni. HD 70 min ▶ do godz. 22.00

21.25 TVP 2

Postaw na milion

TELETURNIEJ W grze bierze udział dwoje dobrze znających się uczestników, którzy występują jako drużyna. Na wstępie dostają milion. Żeby go nie stracić, muszą bezbłędnie odpowiedzieć na osiem pytań. Prowadzi Łukasz Nowicki. HD 55 min ▶ do godz. 22.20

23.05 COMEDY CENTRAL

Comedy Club 3

SATYRA Michał Meyer zaprasza na scenę Olę Petrus. Opowiada ona, dlaczego nie ma rodzeństwa. Zbychu Grabowski wspomina zaś amatorkę muzyki cyrkowej, a Tomek Jachimek zdradza, jak żona odkryła jego mroczną tajemnicę. 30 min ▶ do godz. 23.35

dokument

21.00 POLSAT VIASAT NATURE

Płetwale błękitne: powrót olbrzymów

NATURA Największym zwierzętom w historii Ziemi w pewnym momencie groziło wyginięcie. Gatunek jednak się odradza i znów zamieszkuje oceany. HD 55 min ▶ do godz. 21.55

TVP 1 HD DVB-T2

5.50 Akacjowa 38 (882) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Studio Raban – magazyn dla młodzieży
8.00 Serwis Info – program inform.
8.10 Pogoda Info
8.15 Czterdziestolatek (16) – serial obyczajowy, Polska 1976
9.15 Ranczo 5 (62): Przymus rekreacji – serial obyczajowy, Polska 2011
10.10 Komisarz Alex 6 (71) – serial kryminalny, Polska 2014
11.05 Ojciec Mateusz 14 (180) – serial kryminalny, Polska 2015
12.00 Serwis Info – program inform.
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda – program inform.
12.40 Rok w ogrodzie extra – magazyn
13.00 BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3 (1) – dok., Wlk. Bryt.
14.00 Złoty chłopak (317) – serial obyczajowy, Turcja 2022
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1051) – teleturniej
16.00 Dziedzictwo (956) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (895) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda

TVP 2 HD DVB-T2

4.30 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2023
5.30 M jak miłość (1779) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Rodzina (nie od) święta
6.55 Barwy szczęścia (3338) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny
Kucharz otrzyma od właściciela kutra ryby, które posłużą do przygotowania potraw – sałatki i parzonej w ziołach troci bałtyckiej z sosem.
12.00 Wyższa Szkoła Jazdy (3) – magazyn motoryzacyjny
12.35 Koło fortuny (1867) – teleturniej
13.15 Panna młoda (126) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (994) – teleturniej
14.35 Na sygnale (859): Ferment – fab.-dok., Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (416) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 Koło fortuny (1868) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (127) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Beyza i Mukadder publicznie oskarżają Hancer. Kobieta podejrzewa, że to Nusret przekazuje mediom poufne informacje. Sinem stanowczo odmawia powrotu do domu ojca.
18.20 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

POLSAT HD DVB-T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Malanowski i partnerzy (300, 301): Detektywi w potrzasku; Zaginiona Tajka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1231, 1232) – serial paradokumentalny, Polska
11.35 Gliniarze (846, 847) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1476, 1477) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Sylwia pojawia się na weselu kuzynki z kolegą, udającym jej partnera. Mistyfikacja wychodzi na jaw. Okazuje się także, że zatrudniony didżej zna jej matkę, Mariolę. Sytuacja staje się coraz bardziej napięta.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1043, 1044) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Uprowadzono kobietę, której partner miał zeznawać podczas procesu członków zorganizowanej grupy przestępczej. Bandyta zgadza się wypuścić zakładniczkę pod warunkiem, że świadek się ujawni. Mężczyzna, którego życie jest zagrożone, odmawia współpracy z policją.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.35 Sport, pogoda

TVN HD DVB-T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1676) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (7): Włocławek – Karczma Kujawska – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Doradca smaku (12) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (2, 4): Siedliszcze – Bistro 12; Katowice – Meltini – program rozrywkowy
13.40 Ukryta prawda (1657, 1658, 1711) – paradok., Polska
Marzena mieszka z narzeczonym. Pewnego dnia odwiedza bez zapowiedzi rodziców. Znajduje nieprzytomnego ojca, który zatruł się lekami. Córka nie wierzy w to, że próbował popełnić samobójstwo.
16.50 Szpital św. Anny (51) – serial obyczajowy, Polska 2025
Zyta spotyka swoją dawną pacjentkę Julkę, która może mieć nawrót białaczki. Tymczasem Zosia zajmuje się nastolatkiem po wypadku, który wymaga operacji kręgosłupa.
17.55 Detektywi (175) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
Oskar Wilkowski martwi się o kolegę, który nie przyszedł na spotkanie. Okoliczności sugerują, że mógł on zostać napadnięty. W poszukiwania mężczyzny angażują się Katarzyna Kowalik i Maciej Dębosz.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów

WIDOWISKO

20.30 Gala 25. Festiwalu Teatru Polskiego Radia i Teatru Telewizji Polskiej – „Dwa Teatry" – Sopot 2026

Nagrodzone zostaną najlepsze spektakle telewizyjne i słuchowiska radiowe minionego roku. Laureatów, spośród 19 produkcji Teatru Telewizji oraz 16 słuchowisk, wyłoni zespół jurorów. Przyznają Grand Prix dla najlepszych tytułów, a także nagrody indywidualne, m.in. za reżyserię oraz najlepszą rolę kobiecą i męską. Uroczystość poprowadzą Marta Malikowska oraz Sebastian Stankiewicz.

21.00 Teatr Telewizji: Teatr
22.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
22.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy I: Francja – Irak (LIVE)
1.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
1.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy I: Norwegia – Senegal (LIVE)
4.25 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny
4.45 Zakończenie

PIŁKA NOŻNA

18.50 Mistrzostwa świata 2026: mecz grupy J: Argentyna – Austria (LIVE)

W swoim drugim meczu rozgrywanym podczas amerykańskiego mundialu obrońcy tytułu mistrzów świata staną do walki z 23. zespołem w rankingu FIFA. Niektórzy eksperci widzą w reprezentacji Austrii kandydata na czarnego konia całego turnieju.

21.25 Postaw na milion – teleturniej
22.20 Na sygnale (849, 850): Wenus kontra Mars, starcie numer 6728125; Sport to zdrowie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
23.25 Zabić na końcu – komedia sensacyjna, Polska 1990, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Wojciech Malajkat, Piotr Siwkiewicz, Jolanta Nowak, Monika Bolibrzuch, 100 min (FILM)
1.05 Nasz dom w górach (7): Gorzka miłość, część 1 – serial obyczajowy, Niemcy 2019
2.05 Akacjowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015
3.55 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
4.20 Zakończenie

SENSACYJNY

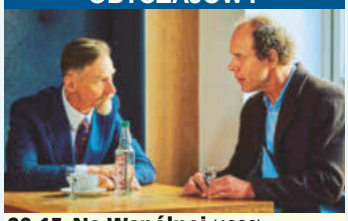
20.00 Megahit: Nikt – USA/Japonia/Chiny 2021, 120 min (FILM)

HIT DNIA

Do domu Hutcha zakradają się złodzieje. By uniknąć krwawego scenariusza, gospodarz postanawia zaniechać jakiejkolwiek obrony. Żona i dzieci nie kryją jednak rozczarowania jego bierną postawą. Sytuacja ta wyzwala w mężczyźnie, który skrywa pewną tajemnicę, mroczne instynkty.

22.00 Niezłomny – dramat wojenny, USA 2014, reż. Angelina Jolie, wyk. Jack O'Connell, Domhnall Gleeson, Garrett Hedlund, Miyavi, Jai Courtney, 175 min (FILM)
0.55 Wrogowie – western, USA 2017, reż. Scott Cooper, wyk. Christian Bale, Rosamund Pike, Wes Studi, David Midthunder, 175 min (P! FILM)
Rok 1892. Kapitan Blocker, były bohater wojenny, ma eskortować dawnego indiańskiego wodza i jego rodzinę do Montany. Mimo gniewu i nieufności strażnik oraz jego więzień muszą współpracować, aby przetrwać 1600-kilometrową podróż.
3.50 Ewa gotuje (558) – magazyn kulinarny

OBYCZAJOWY



20.15 Na Wspólnej (4232) – Polska 2026 (player)

Andrzej chce wycofać się ze sprzedaży fałszywych dyplomów, ale wspólnik nie zamierza rezygnować z dochodowego interesu. Wiola zleca detektywowi odnalezienie pewnej osoby. Wieczorem dostaje jej adres. Włodek szykuje się do wyjazdu do Hiszpanii po Marię. Wcześniej jednak musi zmierzyć się z Muszką, który planuje przejęcie baru.

20.50 Bitwa o gości (6) – reality show
22.00 Morze śmierci – thriller, USA 2024, reż. Phil Volken, wyk. Isabel Gravitt, Genneya Walton, Koa Tom, Garrett Wareing, 105 min (P! FILM)
23.45 Matrix Rewolucje – film s.f., USA/Australia 2003, reż. Andy Wachowski, wyk. Keanu Reeves, Carrie-Anne Moss, Mary Alice, Hugo Weaving, 160 min (FILM)
2.25 Uwaga! – magazyn reporterów
2.45 Co za tydzień – magazyn kulturalny
3.15 Wallander (2) – serial kryminalny, Wielka Brytania/Szwecja/USA 2008
5.15 Nauka jazdy 5 (7) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.20 Ten moment (41) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (740-742) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1324, 1417, 1418) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1057-1059): Moja wina; Kutwa; Cola, hamburgery i amerykańska telewizja – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 Detektywi (108): Trefny towar – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 Szpital (754) – serial paradokumentalny, Polska 2018
16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (492, 493): Syn marnotrawny; Śmierć na jeziorze – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (4) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Patrol policji zostaje wezwany do restauracji, w której mężczyzna zostawił na kilka godzin 5-letnią córkę. Jego niewyjaśnione zniknięcie prowadzi funkcjonariuszy do ujawnienia przestępstwa. Inny patrol zapobiega zbiorowemu gwałtowi.
19.00 Ukryta prawda (1515) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Edward zaginął dwadzieścia lat temu. Teraz pojawia się w życiu córki. Tłumaczy, że stracił pamięć. Poruszona Joanna zaprasza rodzica do domu, co nie podoba się jej mężowi.

KRYMINALNY

20.00 Królowe zbrodni
FILM – USA/Kanada 2019, 135 min

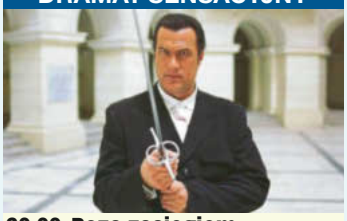
Nowy Jork, 1978 rok. Trzech gangsterów dosięga sprawiedliwość i za sprawą FBI trafiają do więzienia. Zostawiają po sobie chaos w organizacji oraz żony, które muszą odnaleźć się w nowej rzeczywistości. Kathy, Ruby i Claire przejmują kontrolę nad działalnością mężów. Wchodzą w bezwzględny świat mafii. Okazuje się, że są urodzone do tej roli – brutalnie tępią konkurencję.

22.15 Mayday – komedia, Polska
FILM 2020, reż. Sam Akina, wyk. Piotr Adamczyk, Adam Woronowicz, Anna Dereszowska, Weronika Książkiewicz, 140 min
0.35 Obce niebo – dramat
FILM obyczajowy, Polska/Szwecja 2015, reż. Dariusz Gajewski, wyk. Agnieszka Grochowska, Bartłomiej Topa, Barbara Kubiak, Ewa Fröling, 140 min
2.55 Żyjąc z potworem 8 (11) – serial dokumentalny, USA 2020
3.50 Fachowcy 2 (10) – serial paradokumentalny, Polska 2018
4.30 Dorota was urządzi! (9) – program rozrywkowy

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (15, 16): Bilet w jedną stronę; Niebezpieczna damulka – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (14, 15): Król złodziei; Pozdrowienia z Moskwy – serial sensacyjny, Niemcy 2015
10.00 Maria z przedmieścia (27, 28) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (100) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Patricio potwierdza, że jest ojcem Marichuy. Ona wypomina mu złe traktowanie. Juan Miguel zabiera Blankę do domu i żąda od Onelii opuszczenia jego rezydencji w określonym terminie.
13.00 Wspaniałe stulecie (34) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (19) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (510, 511) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (20) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Pracownicy „Słoiczka" czują w sklepie okropny zapach. Okazuje się, że wydobywa się on z jednej z paczek. Krystyna jest przerażona treścią pisma, które ona i Jan dostali z urzędu.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (957, 958) – serial obyczajowy, Polska 2026 Listonosz Michał staje się podejrzanym po zniknięciu kopert z pieniędzmi. Dzień wcześniej prosił o pożyczkę na remont, ponieważ uległ namowom żony.

DRAMAT SENSACYJNY



20.00 Poza zasięgiem
FILM – USA/Polska 2004, 110 min

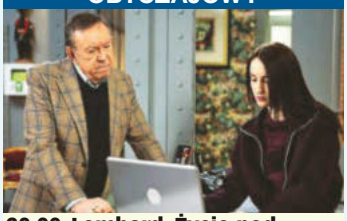
Były agent amerykańskiego wywiadu Billy Ray Lancing mieszka na Alasce. Utrzymuje kontakt listowny z nastoletnią Polką, która mieszka w domu dziecka w Warszawie. Gdy przestaje otrzymywać od niej wiadomości, przylatuje do Europy. Okazuje się, że dziewczyna zaginęła. Z pomocą policjantki Kasi Lato Billy rozpoczyna śledztwo. Trop wiedzie do handlarzy żywym towarem.

21.50 Maczeta – film sensacyjny,
FILM USA 2010, reż. Robert Rodriguez, wyk. Danny Trejo, Robert De Niro, Jessica Alba, Steven Seagal, 125 min
23.55 Kod 211 – film sensacyjny, USA/
FILM Bułgaria 2018, reż. York Alec Shackleton, wyk. Nicolas Cage, Sophie Skelton, Michael Rainey Jr., Dwayne Cameron, 95 min
1.30 Dzielnica strachu 9 (392): Ochłapy – serial kryminalny, Polska 2025
2.30 Lombard. Życie pod zastaw 18 (953) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.40 Zobacz to! – pr. powtórkowe

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 19 (12) – program rozrywkowy
6.25 Superthings: Kazoom Power (2, 3) – serial anim., Hiszp. 2024
6.40 Smerfy 2 (38) – serial anim., Belgia/USA/Fr. 2021
6.55 Jeżyk i Przyjaciele (3, 2) – serial animowany, Polska 2023
7.30 Psi Patrol (9) – anim., Kan./USA
7.50 Superkoty (3) – serial anim., USA
8.30 Myszka Miki: Frajdomek 2 (53) – serial anim., USA 2022
8.50 Masza i Niedźwiedź 3 (21, 22) – serial animowany, Rosja 2015
9.20 Świnka Peppa (17, 18) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
9.30 Bing 4 (7, 8) – serial animowany
9.45 Basia (2, 3) – serial anim., Polska
10.10 Jeżyk i Przyjaciele (1) – serial animowany, Polska 2023
10.35 Spidey i superkumple 2 (32, 31) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (21, 22) – serial anim., Fr. 2021
12.00 Psi Patrol 8 (24) – serial anim.
12.35 Marta mówi (3) – serial anim.
13.00 Smerfy (146) – anim., Bel. 1988
13.35 Gumisie 6 (17) – anim., USA 1992
14.00 Kacze opowieści (57, 58) – serial animowany, USA 1987
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (13, 14) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
16.00 Fineasz i Ferb 2 (25, 26) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 Smerfy (145) – anim., Bel. 1988
17.35 Gumisie 6 (16) – anim., USA 1992
18.00 Pingwiny z Madagaskaru (21, 22) – serial animowany, USA
19.00 Kacze opowieści (55, 59) – serial animowany, USA 1987

OBYCZAJOWY



20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (965) – Polska 2026

Wspierany przez Becię Kazimierz stawia się na sprawie sądowej, oczekując na wyrok. Tymczasem Alicja podpisuje z Barskim umowę o pracę na etat. Spotyka się także z dyrektorką domu dziecka, która przygotowała dla niej pewną niespodziankę.

21.00 Dzielnica strachu 9 (397, 398): Skrzywdzona; Złomiarze – serial kryminalny, Polska 2025
23.00 Wstydliwe choroby: Nastolatki 2 (1, 2) – serial dokumentalny, Wielka Brytania
1.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (630) – serial obyczajowy, Polska 2023
2.00 Lombard. Życie pod zastaw 9 (471) – serial obyczajowy, Polska 2021
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (179) – serial obyczajowy, Polska 2019
4.00 Niesamowite! (16, 17) – serial dokumentalny, Polska 2014
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (492) – serial obyczajowy, Polska 2022

NETFLIX

PLANETA SAMOTNOŚCI

Katherina (Laura Dern) wyjeżdża do Maroka, by wziąć udział warsztatach dla pisarzy. Liczy na to, że z dala od domu dokończy książkę. Na miejscu spotyka Owena (Liam Hemsworth). Znajomość przeradza się w romans. Film Susannah Grant – nominowanej do Oscara za scenariusz do „Erin Brockovich".

▶melodramat, USA 2024; 94 min

KTOŚ MUSI WIEDZIEĆ

Serial inspirowany prawdziwymi wydarzeniami. Chile, miasteczko Concepción. Detektyw Montero (Alfredo Castro) i jego zespół prowadzą śledztwo dotyczące zaginięcia nastolatka, który bawił się w popularnym klubie nocnym. Choć przebywało tam blisko 300 osób, nikt nie wie, co się z nim stało.

▶serial krym. (8 odc.), Chile 2026

VLADIMIR

Dojrzała wykładowczyni (Rachel Weisz) ulega fascynacji intrygującym adiunktem (Leo Woodall). Jej stabilne życie stopniowo zaczyna się rozpadać. Granica między pożądaniem a obsesją z czasem się zaciera, a kobieta gotowa jest poświęcić wszystko, by spełnić swoje najśmielsze pragnienia.

▶serial kom. (8 odc.), USA 2026

NIEWIARYGODNE

Nastoletnia Marie Adler (Kaitlyn Dever) zostaje zgwałcona we własnym domu, lecz śledczy podważają jej wiarygodność. Tymczasem setki kilometrów dalej detektywki Grace Rasmussen i Karen Duvall badają serię podobnych przestępstw. Wiele wskazuje na to, że mógł je popełnić ten sam sprawca.

▶serial krym. (7 odc.), USA 2019

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.10 FBI: Most Wanted 2 (9, 10) – serial kryminalny, USA 2020
7.40 Agenci NCIS: Hawaje 2 (9, 10) – serial kryminalny
9.30 Castle 2 (1, 2) – serial krym., USA 2009-2010
11.25 MacGyver (17, 18) – serial akcji, USA 2017
13.20 Agenci NCIS: Hawaje 2 (11, 12) – serial kryminalny
15.15 Agenci NCIS 19 (19, 20) – serial sensacyjny, USA 2022
17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2 (20, 21) – serial krym., USA/Kanada 2001
19.10 Castle 2 (3, 4) – serial krym., USA 2009-2010

TVP SERIALE

5.45 Rodzinka.pl (90) – serial kom., Pol. 2013
6.20 Na sygnale (472, 473)
7.30 Ojciec Mateusz 2 (22) – krym., Pol. 2009
8.25 Komisarz Alex (11)
9.20 Rodzinka.pl (91)
10.00 Klan (1438, 1439)
10.50 Ranczo 7 (89, 90)
12.35 Komisarz Alex (12)
13.35 Ojciec Mateusz 29 (373, 374) – krym., Pol.
15.35 Komisarz Alex (13) – serial krym., Polska
16.25 Na sygnale (474, 475) – serial fab.-dokum.
17.35 Ranczo 7 (91) – obycz.
18.30 Ranczo 8 (92) – obycz.
19.30 Ojciec Mateusz 29 (375) – krym., Pol. 2023
20.30 Ojciec Mateusz 2 (23) – krym., Pol. 2009

TVP KULTURA HD

9.00 Podróż za jeden uśmiech (6, 7-ost.)
10.20 Mała mama – dramat
FILM obycz., Fr. 2021, 85 min
11.45 Co ja tu robię? Tadeusz Konwicki – film dok., Pol. 2010
12.55 Kosmos 1999 (5) – s.f.
13.55 Szczawno. Uzdrowisko książęce – film dokum., Polska 2021
15.15 Wakacje z duchami (1, 2) – serial przyg.
16.30 Dźwięk Nowego Jorku (4) – serial dok.
17.15 Pan wzywał, milordzie? 3 (4)
18.20 TVP Kultura na Festiwalu „Dwa Teatry" – Sopot 2025 – reportaż, Pol.

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 4 (5) – serial dok., Pol. 2019
7.00 Ciepło – film krótkometraż.
7.30 Benek
FILM – komediodramat, Polska 2007, 120 min
9.30 Problem – film krótkometraż.
10.00 Karen Pirie 2 (1) – krym., Wlk. Bryt. 2025
11.55 Vera 3 (2) – krym.
13.45 Alfa. – dramat
FILM przyg., Szwajcaria/Holandia/Słowenia 2024, 130 min
15.55 Morderstwo
FILM **na zlecenie** – film kryminalny, Wlk. Bryt./Kanada 1979, 140 min
18.15 Vera 3 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

9.10 Łapu capu – pr. rozr.
9.25 W kogo ja się
FILM **wrodziłem?** – obycz., Polska 2001, 60 min
10.25 Peacock – thriller,
FILM USA 2010, reż. Michael Lander, 90 min
11.55 Zgred – dram. obycz.,
FILM Pol. 2025, 85 min
13.20 Cat's Eyes (1) – przyg.
14.20 Kwiat ośmiu gór – dok., Belgia/Wł. 2024
15.40 Mamma Mia! – kom.
FILM muz., USA/Wlk. Bryt./Niemcy 2008, 110 min
17.30 Call me lala – film krótkometraż.
17.55 Łapu capu – pr. rozr.
18.00 Warcraft: Początek
FILM – film fantasy, Chiny/Kanada/Japonia 2016, 120 min

HBO HD

7.30 Kung Fu Panda 4
FILM – film anim., Chiny/USA 2024, 95 min
9.05 Spider-Man – film
FILM przygodowy, USA 2002, 120 min
11.05 River Wild – thriller,
FILM USA/Węgry 2023, reż. Ben Ketai, 90 min
12.35 Wyśnione piosenki
FILM – dramat obyczajowy, USA 2025, 90 min
14.05 Zła kuratorka
FILM – dramat obyczajowy, USA 2024, 90 min
15.35 Kaskader – komedia
FILM sensacyjna, USA 2024, 125 min
17.40 Kompletnie
FILM **nieznany** – dramat biograficzny, USA 2024, 140 min

20

KRYMINALNY

21.05 FBI: International 4 (10) – USA 2024-2025

Rosyjski biochemik Swirido przekazuje córce Julii tajne badania. Raines, Smitty i Booth mają bezpiecznie przetransportować kobietę z Lwowa do Krakowa.

22.05 FBI: Most Wanted 4 (13) – serial kryminalny
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2 (20, 21) – serial krym.
0.50 Castle 2 (3, 4) – serial krym., USA 2009-2010
2.45 FBI: International 4 (10) – serial kryminalny
3.40 FBI 2 (18) – krym., USA

OBYCZAJOWY

21.30 Ranczo 8 (93, 94) – Polska 2014

Michałowa jest pod wrażeniem postawy proboszcza, który zaakceptował jej postulaty płacowe. Postanawia pomóc mu rozwiązać konflikty personalne na plebanii.

23.20 Ojciec Mateusz 29 (376, 377) – krym., Pol.
1.15 Ratownicy (11, 12) – serial obycz., Polska
3.15 Gra z Cieniem (12) – serial krym., Polska
4.00 Klan (1438) – telenowela, Pol. 2008
4.30 Pan Mama (11) – serial kom., Pol. 2025

WIDOWISKO

19.00 Gala 25. Festiwalu Teatru Polskiego Radia i Teatru Telewizji Polskiej – „Dwa Teatry" – Sopot 2026

W programie znalazło się 19 spektakli Teatru Telewizji i 16 słuchowisk. Nagrody specjalne otrzymają Danuta Stenka i Andrzej Seweryn. Galę otwarcia prowadzi Grażyna Torbicka.

21.15 Świat to za mało
FILM – film sens., USA/Wlk. Bryt. 1999, 135 min
23.30 Sibelius. Siedem symfonii – serial dok.
1.00 Kulturalni (23) – mag.

THRILLER

20.10 Ucieczka z Pretorii
FILM – Australia/Niemcy/RPA 2020, 130 min

RPA, 1978 r. Członkowie obalonego Afrykańskiego Kongresu Narodowego, Tim i Stephen, trafiają do więzienia. Wiedzą, że ich jedyną szansą na przeżycie jest ucieczka.

22.20 Wiem, co widziałam (5, 6-ost.) – serial krym.
0.25 Wszyscy za – film krótkometrażowy
0.50 Meduzy – film krótkometraż.
1.00 Zakończenie (przerwa techniczna)

SENSACYJNY

20.00 Brygada 2 (8-ost.) – Francja 2024

Said i jego ludzie przygotowują się do interwencji. W tym czasie złodzieje wchodzą na pokład statku towarowego. Socrate i Ferracci podążają tropem Vingre'a.

20.50 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
21.00 Serial obyczajowy
21.55 Zawód: Szpieg
FILM – dramat sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2001, 125 min
0.00 Zakończenie (przerwa techniczna)

FANTASY

20.00 Ród smoka 3 (1) – USA 2026

Ród Targaryenów wikła się w bratobójczą walkę o sukcesję po królu. Do walki stają Rhaenyra i jej przyrodni brat, książę Aegon oraz stronnictwa Czarnych i Zielonych.

21.00 Miniaturowa żona (1) – serial komediowy
21.45 Obecność 4:
FILM **Ostatnie namaszczenie** – horror, Wlk. Bryt./USA 2025, 135 min
0.00 Fachowiec – film
FILM sensacyjny, Wlk. Bryt./USA 2025, 115 min

AXN WHITE

8.30 Szpital nadziei 3 (13)
9.25 Blondynka (4, 5) – obycz.
11.25 Agenci NCIS 15 (16-18)
14.20 Szpital nadziei 3 (14)
15.20 Miłość w pakiecie
FILM **na święta** – kom. romant., Wlk. Bryt. 2023, 110 min
17.10 Gwiazdka
FILM **z przeszkodami** – komedia romantyczna, USA/Kanada 2022, 115 min
19.05 Dr House 2 (20) – obycz.
20.00 Dowody zbrodni (6, 7)
21.55 Unforgettable: Zapisane w pamięci 4 (4) – krym.
22.55 Agenci NCIS 15 (16-18)
1.35 Dowody zbrodni (6, 7)
3.25 Grand Hotel 3 (23, 24)

AXN BLACK

8.35 Zagadki z przeszłości (13) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.35 Gwiezdne wrota 2 (8-10)
12.35 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3 (20) – sens., USA
13.40 Renegat 4 (21) – sens.
14.40 Drużyna A 2 (11) – sens.
15.40 Nieustraszony (3) – sens.
16.50 Zagadki z przeszłości (14) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 Gwiezdne wrota 2 (11-13) – s.f., USA/Kan. 1998
21.00 xXx 2: Następny poziom
FILM – film sens., 2005, 125 min
23.05 Pogromcy duchów
FILM – kom. s.f., 1984, 120 min
1.05 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3 (20) – sens., USA

WARNER TV

9.40 Bajer z Bel-Air 4 (6, 7)
10.35 Prawo Agaty 2 (1)
11.35 Pełna chata 7 (7, 8) – kom.
12.35 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9 (23) – sens., USA
13.35 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 10 (13) – sens.
14.30 Bajer z Bel-Air 4 (6-9)
16.25 Pełna chata 7 (7-10)
18.30 Randka z billboardu
FILM – film familijny, USA 1998, reż. Alan Metter, 110 min
20.20 Pan niania – komedia,
FILM USA 1993, 100 min
22.00 W samym sercu morza
FILM – film przyg., 2015, 140 min
0.20 Duch – horror, USA 1982,
FILM reż. Tobe Hooper, 125 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (103-105) – serial paradokum., Polska 2017
8.55 Cobra Kai (19-24) – przyg.
13.05 Kowalscy kontra Kowalscy (41-44) – obycz.
15.05 Świat według Kiepskich (330, 331, 335, 336) – kom.
17.05 Columbo (5, 3) – serial kryminalny, USA
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (94) – serial krym., USA/Kanada
21.55 Malanowski i partnerzy (624-627) – serial fab.-dok.
23.55 Ślad (10-12) – serial krym.
2.55 Święty (277, 278) – kom.
4.00 48h. Zaginieni (69, 70) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.15 Kiler-ów 2-óch – komedia,
FILM Polska 1999, 115 min
8.10 Dziki robot – film
FILM animowany, 2024, 100 min
9.50 Mój jedyny wróg – film krótkometraż., Pol.
10.10 Moje pieczone kurczaki
FILM – film obycz., 2002, 65 min
11.15 Łapu capu – pr. rozrywk.
11.30 Saga „Zmierzch":
FILM **Księżyc w nowiu** – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, 125 min
13.35 Chopin, Chopin! – dramat
FILM biograf., Pol. 2025, 130 min
15.45 Azyl – dramat biograficzny,
FILM Czechy/Wielka Brytania/USA 2017, 125 min
17.50 Jutro będzie nasze
FILM – komediodramat, Włochy 2023, 115 min
19.45 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Wilhelm Tell – dramat
FILM historyczny, Wlk. Bryt./Włochy/USA 2024, 130 min
22.10 Martwych nie boli
FILM – western, USA/Dania/Meksyk 2023, 125 min
0.15 Franz Kafka – dramat
FILM biograficzny, 2025, 125 min
2.20 Wyrwa – thriller, Polska
FILM 2023, 100 min
4.00 Wspaniałe kilka minut – film krótkometraż., Pol.
4.30 Polana pośród brzeziny
FILM – dramat obyczajowy, Fr./Pol./Niemcy 2003, 90 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Planeta Singli. Osiem historii (4) – serial komediowy, Polska 2021
10.50 Łapu capu – program rozrywkowy
11.00 Naruto (20-22) – serial anime, Japonia 2003
12.25 Łapu capu – program rozrywkowy
12.35 The Office PL 5 (1-3) – serial komediowy, Polska 2025
14.10 Premierowa jazda – magazyn
14.30 Naruto (17-19) – serial anime, Japonia 2003
16.05 Cat's Eyes (3, 4) – serial przygodowy, Francja 2024
18.10 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (7-9) – serial komediowy, Francja 2022
20.00 Koniec lata (1, 2) – serial kryminalny, Szwecja 2023

Podczas sesji pacjent Very zaczyna opowiadać o zdarzeniu z dzieciństwa, które w niepokojący sposób przypomina historię samej lekarki.

22.00 Gangi Londynu 3 (7, 8) – serial kryminalny, Wielka Brytania/USA 2024
23.40 Edukacja XD (7, 8) – serial komediowy, Polska 2025
0.45 Pisarze. Serial na krótko 2 (9) – serial komediowy, Polska 2021

CANAL+ 360 HD

6.00 8 wspaniałych (7) – dok.
6.35 Polska z góry: Stadiony (2) – serial dok., Polska 2024
7.05 Supersamoloty bojowe (7) – serial dokumentalny
8.05 Grip – w świecie supersamochodów (4) – serial dokumentalny, 2022
9.05 Nieczysta gra: Skandal w biathlonie (2) – dok.
10.00 Co poszło nie tak 2 (1)
11.05 Stalowe bestie z demobilu (6) – dok.
13.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (1) – serial dok., Niem. 2011
13.55 Wykrywacz historii 2 (1)
15.00 Co poszło nie tak 2 (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 2021
16.00 Supersamoloty bojowe (8) – serial dokumentalny
17.00 Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (10) – dok.
17.55 Porzucone konstrukcje 4 (15) – dok.
18.50 Wykrywacz historii (5) – serial dokumentalny, Wł.
19.50 Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (11) – dok.
20.50 Co poszło nie tak 4 (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024
21.55 Śladami Marco Polo (3) – serial dok., Wlk. Bryt. 2023
23.00 Supersamoloty bojowe (6) – serial dokumentalny
0.00 Nieczysta gra: Skandal w biathlonie (1) – dok.

HBO 2 HD

13.25 Harry Potter i Zakon
FILM **Feniksa** – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2007, 135 min
15.40 Doktor Larsen 2 (20) – serial obycz., USA 2025
16.25 Batman Azteków:
FILM **Starcie imperiów** – film animowany, USA/Meksyk 2025, reż. Juan José, 90 min
17.55 Te dni – komedia, USA
FILM 2025, reż. Lawrence Lamont, 95 min
19.30 La Grazia – dramat obycz.,
FILM Włochy 2025, 130 min
21.40 Zgadnij kto – komedia
FILM romant., USA 2005, 105 min
23.25 Eileen – thriller, USA/Wlk.
FILM Bryt. 2023, 95 min

HBO 3 HD

11.55 Spider-Man: Uniwersum
FILM – film anim., 2018, 115 min
13.50 Twórca – thriller s.f., USA
FILM 2023, 130 min
16.00 Grinch – film anim., Fr./
FILM Japonia/USA 2018, 85 min
17.25 Letnia szkoła, 2001
FILM – dramat obycz., Czechy/Wietnam 2025, 105 min
19.10 Niepewne 4 (5, 6) – kom.
20.10 The Last of Us 2 (7)
21.00 Ród smoka 3 (1) – fantasy
22.00 Miniaturowa żona (1)
22.45 Babygirl – thriller, Hol./
FILM USA 2024, 110 min
0.35 Zombieland: Kulki w łeb
FILM – horror komediowy, USA 2019, 100 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (112-114) – dok., Pol.
7.30 **Doktor Martin** (22) – serial obyczajowy
8.25 **Przyjaciółki** (299, 300) – obycz., Pol.
10.20 **Świat według Kiepskich** (145, 146, 211, 212, 59, 60) – serial kom., Polska
13.45 FILM **Jeszcze większe dzieci** – komedia, USA 2013, 125 min
15.50 FILM **Jurassic World: Dominion** – film s.f., Chiny/Malta/USA 2022, reż. Colin Trevorrow, 180 min
18.50 FILM **28 dni** – komediodramat, USA 2000, 130 min

THRILLER

21.00 FILM **Kod 7500** – Niemcy/Austria/USA 2019, 115 min

Podczas lotu z Berlina do Paryża do kokpitu próbują wedrzeć się terroryści. Decyzje młodego pilota zaważą na życiu pasażerów.

22.55 FILM **Plan ucieczki 3** – film sensacyjny, USA 2019, 120 min
0.55 **Gliniarze** (343, 344) – serial paradokum.
2.55 **Fala zbrodni** (66, 67) – serial sens., Pol. 2006
4.50 **Na ratunek 112** (846, 847) – serial paradokument., Pol.

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (10, 11) – serial animowany, USA 2012
7.00 **Dwóch i pół 3** (7-10) – serial komediowy
8.55 **Przyjaciele 4** (8-13) – kom., USA 1997-1998
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 3** (22, 23) – serial komediowy
12.50 **Teoria wielkiego podrywu 4** (1-4) – kom., USA 2010-2011
14.30 **Dwóch i pół 3** (11-14) – serial komediowy
16.30 **Przyjaciele 4** (14-19) – kom., USA 1997-1998
19.30 **Teoria wielkiego podrywu 4** (5, 6) – serial komediowy, USA 2010-2011

KOMEDIOWY

20.30 **Tata ma plan 3** (9-11) – USA 2019

Adam nie czuje się dobrze, ale nie rezygnuje z motocyklowej wyprawy. Razem z Donem wręczają premie. Pracownicy zastanawiają się, na co wydać te pieniądze.

22.00 **The Office PL 4** (9, 10) – serial kom.
23.05 **Comedy Club 3** (7, 8)
0.05 **Miasteczko South Park 27** (4, 5)
1.00 **Pracoholicy** (7, 8)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 5** (11, 12)
3.00 **Miasteczko South Park 27** (1-3)

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (764)
6.00 **Seriaale 3** (3) – mag.
6.30 **Alfabet filmowy** (10)
6.45 **Zakochani po uszy** (65, 66) – telen., Polska
7.45 **Detektywi** (29-32)
9.50 **Prawo Agaty 2** (13)
10.55 **Szpital św. Anny** (79)
11.55 **Miłość czy pomyłka?** (11, 12)
13.55 **Prawo Agaty 2** (12)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.00 **Po drugiej stronie kamery** (1) – dok., Pol.
17.00 **Alfabet filmowy** (14)
17.15 **Po pierwsze kino 3** (3) – program rozrywk.
17.20 **Alvin i wiewiórki 3** FILM – film familijny, USA 2011, 100 min
19.00 **Szpital św. Anny** (58) – serial obycz., Polska

KOMEDIA

20.00 FILM **Tata kontra tata** – USA 2015, 125 min

Brad żeni się z ukochaną i zostaje ojczymem jej dwojga dzieci. Ich biologiczny ojciec, Dusty, zjawia się z wizytą. Obaj tatusiowie zaczynają rywalizację.

22.05 FILM **Reminiscencja** – film s.f., USA 2021, reż. Lisa Joy, 140 min
0.25 FILM **Limuzyna Daimler-Benz** – dram. psycholog., Polska/RFN 1982, 120 min
2.25 **Po pierwsze kino 3** (6) – program rozrywk.

13 ULICA

6.15 **Balthazar 4** (5, 6) – serial kryminalny, Fr.
8.30 **Grace 3** (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
10.25 **Chicago P.D. 10** (18, 19) – serial kryminalny, USA 2022
12.15 **Magnum: Detektyw z Hawajów 4** (11, 12) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
14.05 **Balthazar 4** (7, 8) – serial kryminalny, Fr.
16.20 **Grace 3** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
18.20 **Chicago P.D. 10** (20, 21) – serial kryminalny, USA 2022
20.10 **Magnum: Detektyw z Hawajów 4** (13, 14) – serial sensacyjny, USA 2021-2022

DRAMAT KRYMINALNY

22.00 FILM **Niepokojące zaginięcia: Sprawa osobista 3** – Francja 2021, 120 min

Tony utrzymuje się z handlu narkotykami. Jeden z jego klientów umiera. Maya Rossetti musi ustalić, czy ta śmierć ma związek z zaginięciem prokuratora Dassault.

0.00 **Niewidomy detektyw** (2) – serial kryminalny, Austria/Niemcy 2019
1.45 **Grace 3** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
3.45 **Balthazar 4** (7, 8) – serial kryminalny, Fr.

KINO POLSKA

6.00 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3** (8) – dok.
6.25 **Nowy kabaretowy rejs 5** (5) – pr. rozrywk.
7.15 **Polska z góry. Nad wodą 2** (1) – dok.
7.45 **Książę** – film krótkometraż., 2021
7.55 **Ranking naj polskiego kina** (3) – program rozrywkowy
8.25 **Jesteśmy razem** – film dokum., 2025
9.40 FILM **Krzyżacy** – film hist., 1960, reż. Aleksander Ford, 230 min
13.30 FILM **Nad Niemnem** (1/2, 2-ost.) – film obycz., 1986, 225 min
17.15 **Pogranicze w ogniu** (19, 20) – serial sens.

KOMEDIODRAMAT

20.00 FILM **7 uczuć** – 2018, 150 min

Adam Miauczyński ma problemy z nazywaniem emocji. Powraca myślami do czasów dzieciństwa. Podróż w przeszłość obfituje w szereg komicznych sytuacji.

22.30 FILM **Dług** – dramat sens., 1999, 135 min
0.45 FILM **IO** – dramat obycz., Pol./Wł. 2022, 120 min
2.45 FILM **Ciało** – komedia, 2003, 130 min
4.55 **Tama** – etiuda film.
5.40 **7 słów o przemijaniu** – etiuda dokumentalna

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (3) – program rozrywkowy
6.50 **Złoty interes** (3) – program rozrywkowy
7.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** – cykl reportaży, Pol.
9.00 **Robert Makłowicz** (120, 152) – mag. kulin.
10.55 **Górski lekarz** (8, 9) – obycz., Niem./Austria
13.00 **Katastrofy w przestworzach** (7, 4) – serial dok., Kan.
16.00 **MacGyver 3** (13, 15) – sens., USA/Kan. 1988
18.00 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (31, 32) – reality show
19.10 **Aukcja w ciemno** (16, 17) – serial dokum.

THRILLER

20.00 FILM **90 minut do śmierci** – USA 2021, 115 min

W przeznaczonym do wyburzenia szpitalu gangster ukrył 3 miliony dolarów. Zdobyć tę sumę chcą m.in. były zawodnik MMA Mike i strażnik więzienny Richard.

21.55 FILM **Czas zemsty** – film sensacyjny, USA/Aruba 2003, 110 min
23.45 FILM **Szczęki** – thriller, USA 1975, reż. Steven Spielberg, wyk. Roy Scheider, 170 min
2.35 FILM **Ziemia obiecana** – dramat obyczajowy, Polska 1974, 205 min

CINEMAX HD

12.40 FILM **Niekończąca się opowieść** – film fantasy, RFN/USA 1984, 95 min
14.15 FILM **Whiplash** – dramat obyczajowy, 2014, 105 min
16.00 FILM **Ultimatum Bourne'a** – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 115 min
17.55 FILM **U.S. Palmese** – komedia, Włochy 2024, 125 min
20.00 P! FILM **Vitrival** – komedia, Belgia 2025, reż. Noëlle Bastin, wyk. Pierre Bastin, 115 min
21.55 FILM **Podkręć mnie** – komedia, USA 2024, reż. Michael Tyburski, 100 min
23.35 FILM **Niemożliwa dziewczyna** – film obycz., 2025, 100 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (11, 12) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy 3** (3) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 3** (7) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie** (2)
16.55 **Czarna Żmija 2** (2) – kom.
17.35 **Bob kocha Abisholę 5** (13) – serial kom., USA 2024
18.05 **Bob kocha Abisholę** (1, 2)
19.00 **Dwóch i pół 3** (7-10)
21.00 **Świat według Kiepskich** (9-11) – serial kom., Polska
22.30 **Co ludzie powiedzą? 4** (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie** (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija 2** (3) – kom.
0.30 **Comedy Club 2** (1) – rozr.

SCI FI

8.00 **Odrodzeni** (1, 2) – serial s.f.
10.00 **Bibliotekarze 4** (3, 4)
11.50 **Czarodziejki 8** (21, 22)
13.40 **Grimm 5** (17, 18) – fantasy
15.30 **Bibliotekarze 4** (5, 6) – serial przyg., USA 2017
17.20 **Zagubiona tożsamość** (1, 2) – serial s.f., Kan. 2010
19.10 **Grimm 5** (19, 20) – fantasy
21.00 FILM **xXx: Reaktywacja** – film sensacyjny, Chiny/Kanada/USA 2017, 130 min
23.10 FILM **Dorwać Cartera** – film sensacyjny, 2000, 125 min
1.15 FILM **Meteor zagłady** – film s.f., USA 2023, 110 min
3.05 **Zagubiona tożsamość** (1, 2) – serial s.f., Kan. 2010

FX HD

9.00 **Z archiwum X** (9) – s.f.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (13, 14) – krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (22, 23)
13.45 **Agenci NCIS** (20, 21)
15.35 **SkyMed** (2) – obycz., Kan.
16.30 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (15, 16) – krym.
18.20 **Z archiwum X** (10) – s.f.
19.15 **FBI 3** (12) – serial krym.
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (1, 2)
22.00 **Tropiciel** (19) – serial krym.
22.55 **Z archiwum X** (10) – s.f.
23.55 **9-1-1** (15) – serial obycz.
0.55 **FBI 3** (12) – serial krym.
1.50 **Agenci NCIS** (21) – sens.

FILMBOX+ ONE HD

8.35 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (2, 3)
11.00 **Panna Scarlet i komisarz 2** (5, 6) – krym.
13.10 **Poirot** – serial kryminalny
15.15 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (4, 5)
17.50 **Panna Scarlet i komisarz 3** (1, 2) – krym.
20.00 FILM **Lektor** – dramat obycz., Niemcy/USA 2008, 160 min
22.40 FILM **Czerwony świt** – wojenny, 2012, 115 min
0.35 FILM **Pachnidło: Historia mordercy** – dramat kostiumowy, 2006, 185 min
3.40 **Cimarron Strip** (12) – serial przyg., USA 1968

ROMANCE TV HD

14.15 FILM **Dwie kobiety na wszelkie bóle – Ojcowie i córki** – dram. obycz., Niem. 2025, 110 min
16.05 FILM **Bella Vita** – kom. romant., Niemcy 2010, 115 min
18.00 **Stadnina w Piber** (10)
19.00 **Górski lekarz** (124) – obycz., Niemcy/Austria
20.00 FILM **Miłość się nie przedawnia** – komedia, Niemcy 2019, 110 min
21.50 FILM **Trening z Nancy** – kom., Niemcy 2019, 115 min
23.45 FILM **Górski lekarz** (124)
0.45 FILM **Miłość się nie przedawnia** – komedia, Niemcy 2019, 110 min

CINEMAX 2 HD

13.20 FILM **Rubieże** – film obyczajowy, USA 2025, 100 min
15.00 FILM **Kundel** – obycz., Tajwan/Singapur/Fr. 2024, 130 min
17.10 FILM **Kilka dni, nie więcej** – komediodramat, Francja 2024, 105 min
18.55 FILM **Zimowe przejście** – dramat obyczajowy, Francja 2023, 95 min
20.30 FILM **Węgierska krawcowa** – film obycz., Słowacja/Czechy 2024, 130 min
22.40 FILM **Dziewczyny będą dziewczynami** – obycz., Indie/Francja 2024, 120 min
0.40 FILM **Kika** – komediodramat, Bel./Francja 2025, 115 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.10 **Poirot 5** (3, 4) – serial krym.
11.20 **Zatraceni w miłości** (9, 10) – telen., Turcja 2023
13.20 **Agenci NCIS 17** (7, 8) – serial kryminalny, USA
15.10 **Lekarze na start** (9, 10)
16.40 **Poirot 5** (5, 6) – serial krym.
19.00 **Zatraceni w miłości** (11, 12) – telen., Turcja 2023
21.00 **Projekt Błękitna Księga** (5) – serial s.f., Kanada/USA
21.55 **Morderstwo to nic trudnego** (1) – serial krym.
22.55 **Poirot 12** (3) – serial krym.
0.55 **Zatraceni w miłości** (11, 12) – telen., Turcja 2023
2.35 **Projekt Błękitna Księga** (5) – serial s.f., Kanada/USA

NOVELAS+ HD

10.00 **Cud miłości** (18) – telen.
11.00 **Otchłań namiętności** (103) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Za wszelką cenę** (73)
13.00 **Róże i grzechy** (2) – telen.
14.00 **Historia Juany** (30, 31)
16.00 **Róże i grzechy** (3) – telen.
17.00 **Za wszelką cenę** (74)
18.00 **Otchłań namiętności** (104) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Macocha** (13) – telenowela
20.00 **Cud miłości** (19) – telen.
21.00 **Historia Juany** (31)
22.00 **Róże i grzechy** (3) – telen.
23.00 **Za wszelką cenę** (74)
0.00 **Otchłań namiętności** (104) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Macocha** (13) – telenowela

FX COMEDY HD

8.15 **Sposób użycia 5** (3, 4)
9.10 **Simpsonowie 35** (11, 8)
10.10 **Diabli nadali 7** (16-19)
12.05 **Jim wie lepiej 6** (9, 10)
13.00 **Sposób użycia 5** (5, 6)
14.00 **Wszyscy kochają Raymonda 4** (1-4) – kom.
16.00 **Simpsonowie 35** (11, 8, 10, 12)
18.00 **Jak poznałem waszą matkę** (1-3) – serial kom.
19.30 **Współczesna rodzina 6** (4-6) – kom., USA 2014-2015
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 23** (8, 9)
22.00 **Jackass 3D** – dok., 2010
23.50 **Genialna Morgane 2** (5, 6) – serial kryminalny, Fr.

FILMBOX+ HITS HD

14.10 FILM **Gwiazdkowa randka mojego taty** – komedia, Wielka Brytania/USA 2020, reż. Mick Davis, 105 min
15.55 FILM **Jeden dzień** – melodramat, USA/Wielka Brytania 2011, 120 min
17.55 FILM **Szef** – komedia, USA 2014, reż. Jon Favreau, 125 min
20.00 FILM **Autostrada złodziei** – film sensacyjny, USA 2025, 100 min
21.40 FILM **Mroczna korona** – film fantasy, Wielka Brytania 2025, 150 min
0.10 FILM **Superbohaterowie** – komedia romantyczna, Włochy 2021, 135 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.00 FILM **Star Trek** – film s.f., USA 1979, 180 min
13.00 **Czarodziejki 2** (9, 10) – serial fantasy, USA 2000
14.55 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (37, 38)
15.55 FILM **Krokodyl Dundee** – komedia przygodowa, Australia 1986, 125 min
18.00 FILM **Wredne dziewczyny** – komedia, USA/Kanada 2004, 120 min
20.00 **Planeta Singli. Osiem historii** (7, 8) – kom., Pol.
22.30 FILM **Ślepy traf** – thriller, USA 2013, 95 min
0.05 FILM **Krzyk 2** – horror, USA 1997, 150 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- **7.00 Kolarstwo:** Tour de Suisse – 4. etap
- **8.30 Kolarstwo:** Tour de Suisse – 5. etap
- **10.00 Kolarstwo górskie:** PŚ w Lenzerheide
- **12.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Innsbrucku
- **14.00 Kolarstwo:** Wyścig dookoła Słowenii – 5. etap
- **15.00 Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 1., 2. i 5. etap
- **18.30 Wspinaczka:** Zawody World Series w Innsbrucku – prowadzenie kobiet i mężczyzn
- **20.00 Turniej Masters w Londynie** – mecz finałowy: Kyren Wilson – John Higgins

Decydujący pojedynek imprezy, w której uczestniczy elitarne grono szesnastu czołowych graczy snookerowego rankingu.

- **22.00 Kolarstwo:** Tour de Suisse – 5. etap
- **0.00 Snooker:** Turniej German Masters: S. Murphy – J. Trump
- **1.30 Kolarstwo:** Tour de Suisse – 5. etap
- **3.00 Snooker:** Turniej German Masters

POLSAT SPORT 1 HD
- **6.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Kanada – Polska
- **9.00 Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
- **10.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Holandia – Polska Przeciwniczki Polek w ubiegłej edycji LN spisały się dobrze, choć nie zdołały awansować do turnieju finałowego. Sklasyfikowane zostały na 10. miejscu.
- **12.30 Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – mecz finałowy fazy play-off
- **15.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **17.30 World Athletics Continental Tour Gold – Hengelo**

Gwiazdą zawodów będzie dwukrotna mistrzyni świata w biegu na 400 m przez płotki – Femke Broeders-Bol. Tym razem Holenderka pobiegnie na 800 m. W Hengelo zobaczymy również Natalię Bukowiecką. Polka wystartuje w rywalizacji na 200 m.

- **20.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Kanada – Polska
- **22.30 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **1.00 Boks**

CANAL+ SPORT HD
- **8.30 Premier League Stories** (13) – mag.
- **9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Barcelona – Osasuna
- **11.15 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Sociedad – Girona
- **13.30 Magazyn PGE Ekstraliga** – mag.
- **15.10 Premier League Stories** (45) – magazyn piłkarski
- **15.45 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Barcelona – Osasuna
- **18.00 Boks:** Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm
- **19.00 Piłka nożna:** 2. liga hiszpańska – barażowy mecz finałowy
- **21.15 O krok od tytułu – Mistrzostwa świata 1974** – Polska 2024

W 1974 roku w RFN odbyły się mistrzostwa świata w piłce nożnej. Film Rafała Nahornego przypomina sukces reprezentacji Polski, która pod wodzą Kazimierza Górskiego zajęła trzecie miejsce.

- **22.40 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Wisła Płock
- **1.00 Zakończenie (przerwa techniczna)**

TVP SPORT HD
- **6.05 Mundial 2026 – Legendy miejskie** (6) – cykl reportaży
- **6.40 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Belgia – Iran
- **9.00 Mundialowy poranek** (11) – mag.
- **10.30 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy H: Urugwaj – Republika Zielonego Przylądka
- **12.45 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Hiszpania – Arabia Saudyjska
- **14.10 Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy G: Nowa Zelandia – Egipt
- **16.30 Dzień na mundialu** (11) – mag. piłkarski
- **18.00 Mistrzostwa świata 2026** – mecz grupy J: Argentyna – Austria

To już ostatni mundial w karierze Leo Messiego. Czy David Alaba i jego koledzy z reprezentacji Austrii skomplikują mu drogę po drugi tytuł mistrzowski z rzędu?

- **22.50 Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy I: Francja – Irak
- **1.50 Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy I: Norwegia – Senegal

ELEVEN SPORTS 1 HD
- **6.00 LaLiga Best 11**
- **7.45 Tajemnice szatni – Dante** – film dokum.
- **8.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – Bayern
- **10.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Barcelona – Levante
- **12.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Pisa SC – Inter
- **14.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Bayern – VfL Wolfsburg
- **16.00 Made in Italy** (1-3)
- **17.00 Serie A** – mag.
- **18.00 Ligue1 Season Review** (36) – mag.
- **19.00 Bundesliga Special** (20, 18) – mag. piłkarski
- **20.10 Ligue 1 Show** (35) – magazyn piłkarski
- **20.40 Grand Prix Barcelony-Katalonii**

Lewis Hamilton przybył do Montmeló uskrzydlony zajęciem drugiego miejsca w Grand Prix Monako.

- **22.40 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6)
- **23.45 Made in Italy** (11) – magazyn piłkarski
- **0.00 Ligue 1 Show** (33)
- **0.35 Bundesliga Special** (21) – mag. piłkarski
- **1.35 Pewnego razu w Gruzji – historia Khvichy Kvaratskhelii** – dok.

DISCOVERY CHANNEL HD
- **8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie** – serial dok.
- **9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 6**
- **10.00 Klan z Alaski** – dok.
- **11.00 Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
- **12.00 Fani czterech kółek 16** – serial dok.
- **13.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita**
- **15.00 Złomowisko PL 5** (10) – serial dokum.
- **16.00 Gorączka złota 16**
- **17.00 Celnicy na straży Szwecji 4** (5) – dok.
- **18.00 Bracia Collins biorą się do roboty** (3)
- **19.00 Nagi instynkt przetrwania 11** – serial dokum., USA
- **21.00 Nic do ukrycia** (8) – Polska 2021

Kulisy pracy funkcjonariuszy Krajowej Administracji Skarbowej, chroniących UE przed napływem niebezpiecznych towarów, m.in. na przejściach granicznych i lotniskach.

- **22.00 Celnicy na straży Szwecji 4** (6) – dok.
- **23.00 Sara Price – Droga do Dakaru** (3)
- **0.00 Od samochodu do domu** – mag.
- **1.00 Hot rod wg Kindiga** (8) – serial dok., USA
- **2.00 Militaria na warsztat 5** (9)

SNOOKER | LEKKOATLETYKA | DOKUMENTALNY | PIŁKA NOŻNA | FORMUŁA 1 | DOKUMENTALNY

EUROSPORT 2 HD
- **14.00 Trójbój siłowy:** World Open Classic Powerlifting Championships – Druskieniki
- **17.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering kobiet – finały
- **17.30 Snooker:** Turniej Masters w Londynie – mecz: Ronnie O'Sullivan – John Higgins
- **19.00 Kolarstwo:** Tour de Suisse – 3. i 5. etap
- **21.00 Kolarstwo:** Wyścig dookoła Słowenii – 5. etap
- **22.00 Snooker:** Turniej Masters w Londynie – mecz: Ronnie O'Sullivan – John Higgins
- **0.00 Kolarstwo:** Tour de Suisse – 5. etap

POLSAT SPORT 2 HD
- **8.30 Tenis:** Turniej ATP w Halle – finał gry pojedynczej
- **11.00 Siatkówka kobiet:** LN
- **13.00 Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga: Legia Warszawa – Zastal
- **15.00 Siatkówka kobiet:** LN
- **17.00 Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga: Legia Warszawa – Zastal
- **19.00 Siatkówka plażowa:** Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie
- **21.00 Lekkoatletyka:** World Athletics Continental Tour Gold – Hengelo 2026
- **23.00 Siatkówka kobiet:** LN
- **1.00 Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- **6.00 8 wspaniałych** (2) – dok.
- **7.00 Tenis:** Turniej WTA w Berlinie – finał
- **10.00 Tenis raport**
- **11.00 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 1. rundy (LIVE)
- **13.00 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 1. rundy (LIVE)
- **15.30 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 1. rundy (LIVE)
- **17.00 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 1. rundy (LIVE)
- **19.15 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 1. rundy
- **21.30 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 1. rundy
- **0.00 8 wspaniałych** (2) – dok.
- **1.00 Przerwa techniczna**

EXTREME CHANNEL HD
- **9.00 World of X Games 2018**
- **10.00 RaceMAX Motorsports 4**
- **11.00 X Games – Oslo** (8)
- **12.00 Liquid Edge** (1)
- **13.00 Action Sports World** (14)
- **14.00 WWE Classic Gold**
- **17.00 KPW Kombat TV** (6)
- **18.00 WWE Highlights** (71)
- **18.45 WWE Classic Gold** (4, 16)
- **20.00 AEW Collision 2** (2624)
- **22.00 LoW – Legacy of Wrestling** (3)
- **1.00 New Japan Wrestling – Highlights** (3, 4)
- **1.40 WWE Highlights** (79)
- **2.00 RaceMAX Motorsports 4**
- **3.00 World of X Games 2018**
- **4.00 Liquid Edge** (1)

ELEVEN SPORTS 2 HD
- **14.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Genoa CFC – Inter Mediolan
- **16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Mainz
- **18.00 Bundesliga Goal Special** (22) – magazyn piłkarski
- **18.30 Ligue 1 Show** (35) – mag.
- **19.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Como
- **21.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Madryt CF
- **23.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2) – mag.
- **0.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Metz – PSG
- **2.00 LaLiga Best 11** – mag.

DISCOVERY LIFE HD
- **8.15 Szpital** (505, 506)
- **10.15 Nowa Maja w ogrodzie 5** (22, 23)
- **11.15 Idealna niania** (12)
- **12.00 Idealna niania 2** (1)
- **12.45 Klinika bez tajemnic**
- **14.45 Szpital** (504, 505)
- **16.45 Idealna niania** (11, 12)
- **18.15 Idealna niania 2** (1, 3)
- **19.45 Klinika naturalnego piękna** (2, 3) – reality show
- **20.45 Skórze na ratunek 3** (8)
- **21.45 Dr Pryszczylla 3** (10)
- **22.45 Nie do uwierzenia!** (2-4)
- **1.45 Bez tabu** (2) – magazyn
- **2.15 Druga twarz 2** (3) – rozr.
- **3.15 Szpital** (314, 315)
- **5.15 Kosmetyczne rewolucje**

POLSAT SPORT FIGHT HD
- **15.05 Z archiwum ESPN** – mag.
- **16.10 Boks:** Babilon Boxing Show w Żyrardowie: Paweł Stępień – Łukasz Stanioch
- **18.25 Sporty walki:** One Punch V w Piotrkowie Trybunalskim: Andrzej Sabaciński – Jan Pelak
- **20.00 Atleci** – magazyn sportowy
- **20.25 Sporty walki:** Babilon MMA 51 w Ciechanowie: S. Kołecki – P. Mysiala
- **22.30 Boks:** Rocky Boxing Night w Żukowie – waga bridger: N. Jeżewski – R.Brito
- **0.30 Sporty walki:** FEN 53 w Lubinie: C. Oleksiejczuk – B. Kuanyshbayev

POLSAT SPORT 3 HD
- **8.30 Siatkówka plażowa:** Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie
- **11.00 Tenis:** Turniej ATP Challenger w Poznaniu
- **13.00 Siatkówka plażowa:** Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie
- **15.00 Tenis:** Turniej ATP Challenger w Poznaniu
- **17.30 Siatkówka plażowa:** Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie
- **20.00 Sporty walki:** UFC Fight Night: M. Kape – K. Horiguchi
- **23.00 Siatkówka kobiet:** LN
- **1.00 Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- **6.00 Liga+ Extra** – mag.
- **8.00 Magazyn PGE Ekstraliga**
- **9.45 Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Arged – Wilki
- **12.30 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Wisła Płock
- **14.55 Magazyn PGE Ekstraliga**
- **16.30 Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: Falubaz – Sparta
- **19.15 Żużel:** PGE Ekstraliga: KS Toruń – Motor Lublin
- **22.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
- **23.00 Boks:** BKFC Fight Night: Nashville – waga lekka: Tony Soto – Juan Carlos DeLeon
- **1.00 Przerwa techniczna**

ELEVEN SPORTS 4 HD
- **15.00 Ligue 1 Show** (35) – mag.
- **15.30 Made in Italy** (5, 6) – mag.
- **16.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Lille OSC – Olympique Marsylia
- **18.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Eintracht – BVB
- **20.00 Piłka nożna:** 2. liga hiszpańska
- **22.00 Bundesliga Monthly Special** (1) – mag. piłkarski
- **22.30 Bundesliga Special** (18)
- **23.00 Ligue1 Season Review** (36) – magazyn piłkarski
- **0.00 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: SC Braga – SL Benfica
- **2.00 Z archiwum LaLiga** (1-3)

ELEVEN SPORTS 3 HD
- **11.40 Królowie goli** – mag.
- **12.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: AC Milan – SS Lazio
- **14.00 Piłka nożna:** 2. liga hiszpańska
- **16.00 Made in Italy** (9-11, 8)
- **17.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
- **18.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Como – Milan
- **20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – TSG 1899 Hoffenheim
- **22.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Lille – Paris FC
- **0.00 Bundesliga Special**
- **1.00 LaLiga Best 11** – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
- **6.00 O co biega?** (7) – mag.
- **6.35 Zakonnice** (3, 4) – dok.
- **8.20 Łowcy tajemnic Bałtyku**
- **10.00 Polska z góry 4** (10-12)
- **11.40 Dzika fauna śródziemnomorska** (1-3)
- **14.40 Zagadka przetrwania** (2)
- **15.40 Wszystkie kolory świata 5** (5-7) – serial dok.
- **18.40 24 godziny na kole podbiegunowym** – dok.
- **19.35 Japonia. Mroźne królestwo** – film dok., Fr.
- **20.35 Wielkie sławy i luksus. Historia Marrakeszu** – film dokum., Niemcy 2024
- **21.30 Zakonnice** (3, 4) – dok.
- **23.15 Łowcy tajemnic Bałtyku**

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada
8.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny
11.00 Inżynieria ekstremalna – serial dokumentalny, USA
13.00 Szyfry i spiski 2 – serial dokumentalny
14.00 Zoom na architekturę – serial dokumentalny
15.00 Tajemnice lądowania na Księżycu (1, 3, 6) – serial dokumentalny
18.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń – serial dokumentalny, USA

ID HD

6.00 Viralowe zbrodnie 2 – serial dokumentalny
6.30 Viralowe zbrodnie
7.00 Viralowe zbrodnie 2
7.30 Viralowe zbrodnie
8.00 Przerwana sielanka
10.00 Zaginieni (3) – dok.
12.00 Wyrok do podważenia
14.00 Morderstwo na prowincji 6 – dok.
16.00 Ted Bundy: Sztuka kłamstwa – film dok., Wlk. Bryt. 2021
17.00 Chris Watts: Sztuka kłamstwa – film dok., Wlk. Bryt. 2021
18.00 Pierwsza ofiara (1, 2) – serial dok., USA
20.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

9.00 Zaginione miasta (6)
10.00 Ikony lotnictwa (6)
11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Chiny (3)
12.00 Odludna wyspa (11)
13.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna z Ameryką (2) – dok.
14.00 Tajemnice wojennych wraków (4) – dok., Wlk. Bryt.
15.00 Strzegąc granic (1, 2) – serial dokum.
16.00 Złapać przemytnika (5) – serial dok., USA
16.55 Koloseum (1) – dok.
17.55 Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu (3) – dok., Niem. 2020
19.00 Złoto Hitlera (4) – serial dokumentalny

FOKUS TV DVB T2

6.00 Wehikuł czasu (622)
6.05 48h. Zaginieni (50) – serial krym., Polska
7.00 Byli sobie podróżnicy (5-8)
8.55 Wehikuł czasu (622)
9.00 Starożytni kosmici (5) – serial dok., USA
10.00 Gwiazdy lombardu (7, 8) – reality show
12.00 Apokalipsa: II wojna światowa (4)
13.00 Poszukiwacze historii (4, 5) – dok.
14.00 Czołgi: Ewolucja machiny wojennej (7, 8) – serial dok., Fr.
16.00 Dorwać tuńczyka 2 (3, 4) – serial dok., USA
18.00 Rolnicy. Podlasie (32, 33) – serial dok.
20.00 Galileo (15)

TVP HISTORIA DVB T2

9.20 Wenecja, miasto wyrosłe z bagien
10.20 Miasto z wyrokiem
11.15 Arsenał. Magazyn militarno-historyczny – mag.
11.45 Krainy cudów natury (1) – cykl dok.
12.50 Zabójcza nauka (6)
13.50 Królowie (41) – hist.
14.30 Czterdziestolatek (5) – obycz., Pol. 1974
15.30 Sensacje XX wieku
17.20 Czas honoru. Powstanie (2) – wojenny, Pol. 2014
18.15 Polskie parki narodowe – dok., Pol.
18.45 Dwie strony barykady radomskiego czerwca

HISTORY HD

13.05 Starożytni kosmici 14 (15) – dok.
14.00 Tajemnice skute lodem 3 (9) – dok.
14.50 Największe tajemnice świata 6 (4) – serial dokum.
15.45 Gwiazdy lombardu 12 (47)
16.15 Wykute w ogniu 4 (8) – reality show
17.10 II wojna światowa: wyścig zbrojeń (1)
18.10 Największe tajemnice świata 5 (9) – serial dok., USA
19.05 Starożytni kosmici 16 (10) – dok.
20.00 Starożytni kosmici 14 (10) – dok.
21.00 Starożytni kosmici 17 (4) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 Jak działa wszechświat? – USA 2019

We przestrzeni kosmicznej znajdują się niezliczone gwiazdy i planety. Nowe badania oraz odkrycia zmuszają naukowców do refleksji – czy tylko na Ziemi jest życie.

23.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok.
1.00 Tajemnice lądowania na Księżycu (1, 3, 6) – serial dokumentalny
4.00 Poszukiwacze dinozaurów – serial dokumentalny, USA

DOKUMENTALNY

21.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 (2)

Milionerka Derricka sama zapracowała na własny sukces i otwarcie celebruje swoje osiągnięcia. Jako bezkompromisowa kobieta biznesu budzi podziw, ale i respekt.

22.00 Zagadkowa tożsamość Benjamina Kyle'a – dok., USA
0.00 Szokująca prawda 14 – dok.
1.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 (2)

DOKUMENTALNY

20.00 Katastrofa w przestworzach (4)

Boeing 737 MAX 8 rozbił się niedaleko Debre Zeit. Zginęły wszystkie osoby obecne na pokładzie. Zapadła decyzja o uziemieniu samolotów tego modelu.

21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (7)
22.00 Katastrofa w przestworzach (10, 7) – serial dokum.
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (6)
1.00 Odludna wyspa (5)

DOKUMENTALNY

21.00 Zapomniane fronty II wojny światowej (5) – Kanada 2022

Opowieść o spadochroniarzach, którzy wylądowali we Francji, by zająć most. Jego zabezpieczenie było kluczowe w przeprowadzeniu inwazji na Normandię.

22.00 Stalingrad – ani kroku w tył! (2, 3) – film dokum., Fr. 2014
0.00 Starożytni kosmici (9) – serial dok., USA
1.00 Rolnicy. Podlasie (17-20) – serial dok.
5.00 Kołowrotek (2, 3) – magazyn wędkarski

HISTORYCZNY

19.40 Królowie (80) – Polska 2024

Kazimierz zaczyna doceniać swoją żonę, zauważając, że jej cechy charakteru i intelekt rekompensują brak urody. Kurt przepowiada parze liczne potomstwo.

20.20 Ekstradycja 3 (8)
21.20 Zapomniane dyktatury w Europie (1)
22.20 Lądowanie w Normandii, nieznane taśmy (3)
23.35 Sensacje XX wieku
1.40 Encyklopedia II wojny światowej

DOKUMENTALNY

22.00 Największe tajemnice świata 7 (10) – USA

El Chapo, bezwzględny boss narkotykowy, przez lata kierował potężnym imperium przestępczym, stając się jednym z najbardziej poszukiwanych ludzi na świecie.

23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 2 (4) – serial dok., USA
23.55 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (2): Ściśle tajne – serial dok., USA
0.50 Starożytni kosmici 14 (10) – dok.

20

DISCOVERY HISTORIA HD

6.00 Łowcy staroci (4, 5) – dok.
8.00 Na ratunek starociom
9.00 Brudne skarby – dok.
11.00 Wyprawa w nieznane
13.00 Skarby z szopy (6, 7)
14.00 Łowcy staroci: Renowacje (10, 11) – dok.
16.00 Skarby z szopy (8, 9)
17.00 Militaria na warsztat
18.00 Muzealne tajemnice
20.00 Nawiedzona Irlandia
22.00 Tajemnice Alaski – dok.
0.00 Wyprawa w nieznane
2.00 Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki
3.00 Europa filmowa (6) – dok.
4.00 Seryjni mordercy
5.00 Łowcy staroci (6) – dok.

PLANETE+ HD

13.45 Krajobrazy świata (6)
14.50 Najpiękniejsze rzeki świata 2 (1) – serial dok.
15.50 Niezwykłe podróże koleją 7 (3) – serial dok., Fr.
16.55 360° Świat bez granic
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (37, 38)
18.40 1942. Długi rok przełomu (1) – serial dok.
19.45 Nowoczesna Turcja Atatürka – film dokum., Fr.
20.50 1979 – rok islamskiej rewolucji (1) – serial dok.
21.55 Zapomniane królowe epoki żelaza – dok., Niem.
23.05 Planeta Seks (5) – dok.
0.00 Niezwykłe podróże koleją 7 (4) – serial dok., Fr.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 Niezwykłe wędrówki zwierząt (2) – serial dok.
9.00 Niezwykły dr Pol
12.00 Najdziwniejsze gatunki
13.00 Katavi – utracony raj Afryki (1) – serial dokum.
14.00 Planeta naczelnych
15.00 Walki zwierząt (1) – dok.
16.00 Dzika Missisipi (1)
17.00 Dzikie maluchy z amerykańskich parków narodowych
18.00 Dzikie królestwo Chin
19.00 Zwierzaki w amoku (4)
20.00 Niszczycielskie żywioły
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Niezwykłe wędrówki zwierząt (2) – serial dok.

POLSAT VIASAT NATURE HD

6.05 Małpie życie 14 (2-11)
11.00 Wojny zwierząt (3) – dok.
12.10 Atlantyk – najdzikszy ocean (3) – dok., Wlk. Bryt.
13.20 Sekrety wodnych krain
14.25 Dziki Teksas – film dok.
16.35 Wielka Afryka (4) – dok.
17.40 Zwierzęta: maszyny doskonałe 2 (1) – dok.
18.50 Zabójcza pogoda 2 (2)
19.50 Zwierzęta: mistrzowie survivalu (4) – serial dok.
21.00 Pletwale błękitne: powrót olbrzymów – film dok., Wielka Brytania
21.55 Sekrety wodnych krain
23.15 Zabójcza pogoda 2 (3)
0.20 Małpie życie 14 (1-11)

BBC EARTH HD

13.25 Serengeti 3 (5) – dok.
14.35 W okowach mrozu 2 (13)
15.35 Życie na pustkowiu: powroty 3 (2) – serial dok.
16.40 Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu (1) – dok.
17.40 Azja (2) – serial dok., 2024
18.45 Malownicze trasy kolejowe (5) – serial dok.
19.45 Układ Słoneczny (5)
20.55 Życie na pustkowiu: powroty 3 (3) – serial dok.
21.55 W okowach mrozu 2 (16)
22.55 Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu (2) – dok.
23.55 Szlakiem przypraw z Joanną Lumley (3)
0.55 Azja (2) – serial dok., 2024

ANIMAL PLANET HD

13.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
14.00 Resocjalizacja z pitbullem – serial dok.
15.00 Kot z piekła rodem
17.00 Mój przyjaciel grizzly
18.00 Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok.
19.00 Cuda z drewna – dok.
20.00 Niebezpieczne rewiry
21.00 Klan z Alaski – serial dok.
22.00 Projekt akwarium – dok.
23.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 (18) – dok.
0.00 Małżeństwo w dżungli 2 – serial dokumentalny, USA
1.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

14.50 Kalendarz przyrody (11)
15.45 Dobre wieści z planety Ziemia (2) – cykl dokum.
16.50 Tajemnice Góry Olimp
17.55 Sanatorium miłości 3 (2)
18.50 Kiedy umilknie wiatr
20.05 Laos – echa spokojności – film dokum., Niemcy 2023
21.00 Niedźwiedzie, niebezpieczne sąsiedztwo – film dokum.
22.10 Zagadki zbrodni policji miejskiej (1) – serial dok.
23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
23.20 DNA – ukryta strona ogólnodostępnych testów – film dokum., Fr.

POLSAT DOKU HD

13.10 Poszukiwacze historii
14.05 Świat z góry. Jedwabny Szlak (2) – dok., Singapur
15.20 Ekstremalne drogi do szkoły (2) – serial dok.
16.25 Największe maszyny rolnicze – film dokum.
17.30 Polowanie na Hitlera (3)
18.30 Militarny top 10 (3) – dok.
19.45 Poza kontrolą. Katastrofa na dworcu w Paryżu – film dok., Fr.
20.50 Poza kontrolą. Pożar w tunelu Mont Blanc
22.00 Hezbollah. Polowanie na ludzi – film dokum., Fr.
23.25 Ludzie na wojnie – rok w Ukrainie (4) – serial dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.15 Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk 2 (8) – dok.
14.15 Australijscy poszukiwacze złota 4
16.10 Drwal z Vancouver Island (8) – reality show
17.10 Australijscy poławiacze homarów 5 (8) – dok.
18.00 Klątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 2 (1)
19.00 Australijscy poszukiwacze złota 10
21.00 Złoto Jukonu 4 (5) – dok.
22.10 Special Ops: Prawda
23.15 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 3

POLSAT VIASAT HISTORY HD

13.30 Piraci z Morza Śródziemnego – film dok.
14.35 Tajne bazy nazistów 4
16.35 Cesarz: powstanie i upadek dynastii (1)
17.35 II wojna światowa: cena imperium (7) – serial dok.
18.40 II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie (1) – serial dok.
19.55 Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty (4) – dok., Fr.
21.00 Naziści: korzenie zła (20)
22.00 Wszystko, co zobaczyli
22.50 Wielkie budowle Rzymian (1) – dok., Francja
0.00 II wojna światowa: cena imperium (7) – serial dok.

CI POLSAT HD

16.00 Ferie, impreza, morderstwo 2 (1) – dok.
17.00 Morderstwo czy wypadek? 3 (16) – dok.
18.00 Cała prawda o zbrodni
19.00 Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach (1) – dok.
20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (6) – dok.
21.00 Pogrzebani za domem 6 (8) – serial dokumentalny
22.00 Prawdziwy potwór: Ed Gein (1) – film dokum.
23.00 Zbrodnia: oszukać prawdę (3) – serial dokum.
23.55 Szokujące morderstwa: Atlanta (4) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 Łowca zabawek (3-6)
10.10 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta (5-8)
12.15 Aloha, nowy dom! (5, 6)
14.20 Człowiek kontra jedzenie (25) – mag. kulin.
14.55 Tu jest pięknie (4-7)
17.00 Megaładunki (6, 7) – dok.
19.00 Kamperem przez świat (1, 2) – serial dok., Pol. 2020
21.05 Sprawa dla medium i detektywa (5, 6) – dok.
23.10 Kobieta na krańcu świata (2-4) – serial dok.
0.55 Aloha, nowy dom! (5, 6)
3.00 Megaładunki (6, 7) – dok.
5.05 Człowiek kontra jedzenie (17) – mag. kulin.

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

15.00 **Słowo daję!**
15.10 **Kiedyś to było...**
15.30 **Kabaretowe Naj**
16.00 **Zaraz wracam 2** (99) – serial obycz., Polska
16.30 **Barwy szczęścia** (3328) – serial obycz.
17.00 **Gra słów. Krzyżówka** (1045)
17.30 **Teleexpress**
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Słownik polsko@polski** (679)
18.45 **Info Wilno** (1875)
19.05 **Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny** (118) – program inform.
19.10 **Festiwal Zaczarowanej Piosenki – koncert finałowy** (1) – koncert

TVP ROZRYWKA

8.20 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (927)
9.25 **Koło fortuny** (2032)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Matki, żony i kochanki** (7) – serial obyczajowy, Pol. 1995
14.15 **Rodzinka.pl** (181, 182) – kom., Pol.
15.25 **Niepewne sytuacje 2** (3, 4)
15.50 **Kocham Cię, Polsko!** (4) – program rozrywk.
17.25 **Va banque** (928)
18.00 **Koło fortuny** (2033)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (43, 44) – serial obyczajowy, Polska 2014
8.00 **Co ludzie powiedzą** (29, 30) – serial kom., Wielka Brytania 1993
9.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (23, 24) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (115, 116) – reality show, Polska
14.30 **Kolacja w ciemno** (56, 57) – program rozrywkowy
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (36) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (292, 293) – reality show, Polska

TV 4 DVB-T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (6, 7) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (137) – reality show
8.55 **Policjantki i Policjanci** (482, 483) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1140, 1141) – serial paradokumentalny
11.55 **Dlaczego ja?** (1569, 1570) – serial paradokumentalny
13.55 **Trudne sprawy** (1349-1351) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1385) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (552) – reality show

TTV HD DVB-T2

8.30 **Kartoteka 11** (1, 2)
10.35 **Detektywi** (269, 270)
12.35 **Zakup w ciemno 3** (31) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 4** (30) – reality show
14.35 **Nic do ukrycia** (9)
15.35 **Złomowisko PL 4**
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 17** (4)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (30)
18.40 **Niezwykłe Stany Prokopa 5** (2) – rozr.
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 7** (25) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (23)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.20 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (3) – reality show
6.10 **Damy i wieśniaczki. PL 8** (5) – serial fab.-dok., Polska 2024
7.10 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (8, 9) – program kulinarno-rozrywkowy
13.30 **Kuchenne rewolucje** (6, 5) – program rozrywkowy
15.35 **Jestem z Polski 14** (11, 2) – serial dokumentalny, Polska
17.40 **Kuchenne rewolucje** (8-10) – program rozrywkowy

20

WOJENNY

20.50 **Czas honoru. Powstanie** (5) – Pol.

W siedzibie powstańców w fabryce na Woli żołnierze przygotowują się do ataku na niemieckie więzienie na Gęsiej. Naziści kontynuują pacyfikację Warszawy.

21.45 **Królowa Bona** (4)
22.45 **To jest grane** (68)
23.15 **Dziennik regionów**
23.40 **Zderzenia. Schnepf z Nawrockim**
0.25 **Turystyczna jazda** (199) – magazyn
0.40 **Zaraz wracam 2** (99)
1.10 **Opowieści z Greenpointu** (11)

TELETURNIEJ

20.15 **Postaw na milion**

W każdej grze bierze udział dwoje bliskich sobie uczestników. Są drużyną. Dostają milion złotych. Żeby go nie stracić, muszą poprawnie odpowiedzieć na osiem pytań.

21.10 **Kabaret Letnią Porą** (31) – pr. rozrywk.
22.15 **Rodzinka.pl** (48)
22.55 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
1.00 **Koło fortuny** (2033, 2027) – telet.
2.25 **Kabaret. Super Show Dwójki** (9)
3.30 **Kabaret Letnią Porą** (39) – pr. rozrywk.

DOKUMENTALNY

20.05 **Więzienie kobiet** (122, 123, 142, 143)

Codzienne życie osadzonych w zakładzie karnym: ich zajęcia, rozmowy i marzenia na przyszłość. Kobiety starają się funkcjonować normalnie, mimo że są w izolacji.

22.00 **Walka o życie** (4) – serial dok., Pol. 2025
23.00 **Gry małżeńskie** (122, 123)
1.00 **Kolacja w ciemno** (57, 58) – pr. rozrywk.
3.05 **Więzienie kobiet** (88, 89) – serial dokum.
4.00 **Zdrady** (123, 124) – serial paradok., Pol.

OBYCZAJOWY

19.00 **Policjantki i Policjanci** (1386)

Stróże prawa przyjeżdżają do Joanny, która została napadnięta i uwięziona w domu. Ktoś na lustrze napisał szminką tajemnicze „milcz".

20.00 **Uroczysko** (181, 182)
21.05 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (117)
22.05 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1000)
23.05 **Nieśmiertelny** – film
FILM fantasy, USA/Wielka Brytania 1986, 150 min
1.35 **Love Island. Wyspa miłości** (17)

ROZRYWKOWY

22.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (10)

Damian Nagana i jego koledzy oglądają nowego „Znachora". Są też świadkami dramatów w „M jak miłość" i przypominają sobie emocje związane z „Randką w ciemno".

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (15)
0.00 **Damy i wieśniaczki. PL 11** (4) – fab.-dok.
1.00 **Ciężarówką przez Indie** (11) – dok., Pol.
2.00 **Wyburzacze 8** (1, 2)
3.20 **Sędzia Anna Maria Wesołowska 7** (26, 27) – fab.-dok., Pol.

ROZRYWKOWY

20.50 **Babski biznes** (3)

Marta Klepka pomaga usprawnić firmę Martyny. Prowadzi ona gospodarstwo produkujące przetwory z własnych plonów i ziół. Brak jej pomysłu na promocję.

21.50 **Jestem z Polski 14** (4, 5) – serial dokum.
23.45 **Hotel Paradise 6** (5, 6) – reality show
1.45 **Apetyt na miłość 5** (12-ost.) – pr. rozrywk.
2.45 **Co nas truje** (7, 8) – program rozrywkowy
4.20 **Zrób coś z tym dzieckiem** (10) – mag. poradnikowy

TVP HD HD

12.25 **Ojciec Mateusz 5** (61)
13.20 **Komisarz Alex 2** (25)
14.15 **Ranczo 4** (49, 50) – obycz.
16.10 **Gwiazdorska kuchnia Ani 2** (22) – magazyn kulin.
16.40 **Tańcząca ze światem – Maroko** (1) – magazyn
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 23** (303)
19.20 **Ranczo 5** (63) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (302, 303)
21.25 **Ojciec Mateusz 33** (430)
22.20 **Hotel Mumbaj** – thriller,
FILM Australia/USA/Wielka Brytania 2018, 135 min
0.35 **Cwał** – komediodramat,
FILM Polska 1995, 115 min

TVS HD

16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział** – obycz., Niemcy/Austria
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Miłość to najlepsza terapia** – film obyczajowy, Niemcy 2023, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Fałszywe życie, prawdziwa miłość** – film obyczajowy, Niemcy 2020, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM

8.00 **Strażnik Teksasu 8** (21, 22) – serial sensacyjny
9.50 **MacGyver 2** (14, 15)
11.55 **Pułapki umysłu** (2, 3)
13.00 **Wojny magazynowe: Kanada** (33, 34)
14.10 **Pod pokładem 11** (10)
15.25 **Sensacje XX wieku**
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 23** (8, 9) – sens.
22.00 **Pod pokładem 11** (11)
23.00 **Magia nagości 5** (4) – rozr.
0.05 **Magia nagości 4** (7) – rozr.
1.20 **Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2** (3) – pr. rozr.
2.25 **I love kabaret** (4-6) – rozr.

TLC HD

12.00 **Mali ludzie, wielka rodzina 11** (7) – serial dok.
13.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 3**
15.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Pokonać otyłość** (4)
19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3**
20.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
21.00 **Wiza na miłość 12** (4)
23.00 **Trójkąt zbrodni** – dok.
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy**
1.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show

C+ KUCHNIA HD

16.15 **Azjatycka kuchnia Evy Pau** (6) – magazyn kulin.
16.40 **Jamie Oliver: gotuj sezonowo** (2) – mag. kulin.
17.35 **Jamie Oliver: jedz na zdrowie** (1) – dok.
18.30 **Azjatycka kuchnia Evy Pau** (5) – magazyn kulin.
18.55 **M jak mięso 5** (1) – dok.
19.25 **M jak mięso 6** (7, 8) – dok.
20.15 **Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień**
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9** (8)
22.05 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 12**
0.00 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8** (1)

TVN TURBO HD

12.15 **Naprawy nie do naprawy** (6) – mag.
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Wojny samochodowe** (5)
19.15 **Usterka 16** (10) – fab.-dok.
19.45 **Ciężarówką przez RPA**
20.45 **Naprawy nie do naprawy** (2) – mag.
21.30 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (5) – pr. rozr.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Moto Fachury** (5) – mag.
23.00 **Z drugiej ręki** (9) – mag.
23.45 **Jeździć, obserwować** (1)
0.30 **Mobilni mechanicy** (2)

NOWA TV DVB-T

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (5) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (4) – kom.
10.30 **Więzienie** (109) – dok., Pol.
11.00 **Poirot 10** – serial krym.
15.00 **Świat według Bundych 7** (136-141)
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (2) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (111-113) – serial komediowy, Polska
21.00 **Zdrady** (119) – paradok.
22.00 **Ślad** (30, 31, 95) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (65, 66)
3.50 **Wehikuł czasu** (622, 621)
4.00 **Sala operacyjna** (3, 7)
5.00 **Pod lupą** (6, 7) – magazyn

METRO

8.30 **Szpital** (762, 763)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (331, 332)
12.30 **Szkoła** (706) – paradok.
13.30 **Brzydula** (7, 8) – kom., Pol.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (3) – serial obycz.
15.45 **The Floor** (1, 2) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 17**
18.00 **Prawo Agaty 6** (5)
19.00 **Kartoteka 11** (14, 15)
21.05 **Kryminalni** (11, 12) – krym.
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (23) – krym.
0.15 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4** (4) – dok.
1.20 **Szpital** (755) – paradok.
2.20 **Szkoła** (506, 507)

ANTENA HD DVB-T2

13.50 **Australijscy poszukiwacze złota** (1)
14.50 **Australijscy poszukiwacze złota 8** (2)
15.50 **Wojny kontenerowe** (1, 2) – serial dokumentalny
16.50 **77 TV 2** (18) – pr. rozrywk.
17.50 **77 TV 5** (10) – pr. rozrywk.
18.50 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (5) – serial kryminalny
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (1) – serial krym.
22.05 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (3) – serial kryminalny
23.15 **Detektywi z Bordeaux 4** (2) – serial krym., Fr./Belgia

WP DVB-T

11.00 **Porzucone budowle 9** (4)
12.00 **Wariaci za kierownicą 4**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (9-11) – dok.
16.50 **Pogoda**
17.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 2** (3)
19.00 **Policjanci z sąsiedztwa 8** (5) – dok.
20.00 **Sowiecka rewolucja w kolorze** (1, 2) – film dok.
21.55 **Pogoda**
22.00 **Przebojowe kabarety** (8)
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 14** (4) – program rozrywkowy
0.00 **Mistrzowie Kabaretu** (7)
1.00 **1, 2, 3... Kabaret! 3** (5)

C+ DOMO HD

12.50 **Gardeners' World 16** (24)
13.55 **Letnie inspiracje** (3)
14.05 **Cudotwórcy 7** (18) – mag.
15.00 **Kupcie sobie zamek! 2**
15.55 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 9** (1, 2)
16.50 **Gardeners' World 16** (27)
18.00 **Ucieczka na wieś 25** (50)
18.55 **Wielkie projekty: Australia 10** (7) – dok.
20.00 **Daleko od miasta 14**
21.00 **Cudotwórcy 7** (19) – mag.
22.00 **Wielkie projekty: Szwecja 5** (8) – serial dok.
22.50 **Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 10** (5)
23.45 **Luksusowa ucieczka 6**
0.35 **Remont w 48h 12** (1)

HGTV HD

8.55 **Remontujemy dom na plaży 5** (12) – pr. rozr.
9.55 **Widok, na który cię stać**
11.00 **Zarobić na remoncie 9**
11.31 **Usterka 11** (25, 26)
13.00 **Zbudujemy fajny dom 2**
13.55 **Zbudujemy fajny dom** (3)
14.55 **Mieszkanie na miarę 2**
16.55 **Polowanie na ogród 6**
18.05 **Weekendowa metamorfoza 2** (1, 2)
20.00 **Zgłoś remont 4** (2) – rozr.
21.00 **Dorota was urządzi!**
22.30 **House Hunters – Poszukiwacze domów 3** (5-8) – pr. rozr.
0.40 **Kupujemy dom na plaży 27** (13) – dok.

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (286) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (901, 902) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (345-347) – serial paradokum., Pol. 2023
11.30 **Trudne sprawy** (937) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1504, 1505) – serial paradokum.
14.30 **Świat według Kiepskich** (469-473) – serial kom., Pol. 2015
17.00 **48h. Zaginieni** (131, 132) – krym., Pol.
19.00 **Gliniarze** (983) – serial paradokum.
20.00 **Ślad** (59) – krym., Pol.

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (54) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (686, 687) – paradok.
7.55 **Doktor Martin** (31, 32) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperLudzie 2** (21, 22) – serial dok.
11.30 **Świat według Kiepskich** (407-410)
13.30 **Bitwa o palety** (15)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6** (53)
16.00 **Ninja Warrior Polska** (23)
18.00 **Świat według Kiepskich** (487, 488, 530, 531)
20.00 **Złomiarze** (45) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (206, 207) – serial dok., Pol. 2025
6.55 **Policjantki i Policjanci** (681, 682) – serial obycz., Polska
8.50 **Kobra – oddział specjalny** (227, 1) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (106-108) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1186) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (17, 18) – krym., Pol. 2023-2024
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (2, 3) – serial sens., Niemcy
18.00 **Strażnik Teksasu** (8, 9) – serial sens., USA 1998-1999

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a** (10) – krym.
6.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 5** (9, 10)
8.35 **Lewis 3** (5) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 13** (1)
10.35 **Śmierć z dala od palm 4** (6) – krym.
11.50 **Zagadki doktora Blake'a** (10) – krym.
12.55 **Śledztwa siostry Bonifacji 2** (1, 2)
14.55 **Ojciec Brown 6** (5)
15.55 **Lewis 3** (5) – krym.
17.00 **My Life is Murder** (9) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 19** (3)
19.50 **Śmierć pod palmami 14** (4)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo** (30)
9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (120) – mag.
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat**
10.45 **Pamiętnik Florki**
11.05 **Małe i duże przygody Miffy** (36)
11.20 **Świnka Peppa**
11.35 **Stacyjkowo** (99, 100)
11.55 **Strażak Sam** (12, 13)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Halo, halo!** (81)
12.59 **Figu Migu na planecie Czochras** (33)
13.20 **Pszczółka Maja** (43)
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**
14.30 **Świnka Peppa 8**

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

7.30 **Rozmowa Piaseckiego** – publ.
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach**

PARADOKUMENTALNY

21.00 Gliniarze (778) – Polska 2023

Córka prawnika zostaje porwana w drodze powrotnej ze szkoły. Wkrótce rodzice dziewczyny dostają nagranie z żądaniem okupu.

22.10 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (145, 146) – dok., Pol.
23.00 **Świat według Kiepskich** (339, 340)
0.00 **Ślad** (109) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (2)
2.05 **Wydarzenia**
2.55 **Ewa gotuje** (535)
3.30 **Demakijaż** (93) – rozr.
4.00 **Strzelnica Navala** (9)

SENSACYJNY

21.00 Metro strachu FILM – USA/Wielka Brytania 2009, 130 min

Bandyci biorą pasażerów nowojorskiego metra na zakładników. Zdegradowany dyspozytor ruchu Walter Garber wykorzystuje zdobytą wiedzę, żeby udaremnić ich plany.

23.10 **Bank** – dramat sens., FILM Niem./USA/Wielka Brytania 2009, 155 min
1.45 **Świat według Kiepskich** (131, 136, 120, 491) – kom., Pol.
3.55 **Nasz nowy dom** (219, 220) – reality show, Polska 2021

KRYMINALNY

20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (177, 178)

Śledczy badają sprawę zbrodni. Jej ofiarą padła pracownica laboratorium. Okoliczności przypominają morderstwo z lat 50., którego sprawcy nie odnaleziono.

22.00 **Czarna lista** (13)
23.00 **Łowca pedofilów** (173-176) – dok., Pol.
1.00 **Więzienie** (195, 197, 196, 198)
3.00 **Cobra Kai** (15)
3.40 **Septagon** (78, 79)
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

KRYMINALNY

21.00 My Life is Murder 4 (7)

Alexa razem ze swoim bratem Willem infiltruje ekskluzywny klub country. Rodzeństwo bada sprawę grupy zamożnych wdów zastraszających mężczyzn.

22.00 **Luther 3** (3, 4) – krym.
0.10 **Harry Wild 4** (2) – serial kryminalny
1.15 **Śmierć pod palmami 14** (4)
2.25 **Morderstwa w Midsomer 19** (3)
4.00 **My Life is Murder** (9)
4.45 **Moja rodzinka** (6)
5.15 **Ojciec Brown 13** (1)

ANIMOWANY

14.45 Kid Lucky (19, 20) – Francja 2020

Dzielny chłopiec i jego wierzchowiec przeżywają rozmaite przygody. Wspólnie starają się unikać niebezpieczeństw.

15.15 **Al-chemik** (37) – mag.
15.35 **Bella i Sebastian**
16.05 **Krecio** (3, 4) – anim.
16.35 **Rev i Roll** (19, 20)
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik** (5, 6)
18.00 **Kucharz Shane**
18.25 **Leo da Vinci 2**
19.00 **Tyciaki**
19.20 **44 Koty**
19.45 **Bazgrolinka**
19.50 **Czytanie przed...**

PUBLICYSTYCZNY

20.00 Kropka nad i

Monika Olejnik prowadzi rozmowy z najważniejszymi postaciami polskiej sceny politycznej na temat bieżących wydarzeń w kraju.

20.30 **Czarno na białym**
21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.27 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.20 **Kropka nad i** – publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.10 **Akademia ogrodnika** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (5-7) – serial dokumentalny, USA
9.00 **Wojny magazynowe** (321, 322) – reality show
10.00 **Wojny kontenerowe** (15, 16) – serial dok., USA
11.00 **Hardkorowy lombard** (130, 129, 131-134) – dok.
14.00 **Polacy za granicą** (125, 126) – serial dokum.
16.00 **Złomiarze** (9, 10) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii** (121-124) – serial dokum.
20.00 **Złomiarze** (37, 51) – dok.
22.00 **Kołowrotek** (164-175) – magazyn wędkarski
4.05 **Starożytni kosmici** (42, 41) – serial dok., USA

FOOD NETWORK HD

11.35 **10 zadań specjalnych Michela Morana 2** (10)
12.10 **10 zadań specjalnych Michela Morana 3** (1, 2)
13.20 **Miłość od kuchni** (8)
14.15 **Elitarny turniej wypieków** (1)
16.15 **Kuchenne rewolucje** (10)
17.15 **Odkrycia Magdy Gessler**
17.50 **Apetyt na miłość** (8)
18.50 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (6)
19.50 **Bójka na plaży** (4) – dok.
20.50 **Pojedynek na grille** (2)
21.55 **Pyszne miejscówki** (7)
23.00 **Akcja: Restauracja!** (3)
0.00 **Człowiek kontra jedzenie** (7-9) – mag. kulin.

POLSAT RODZINA HD

10.25 **Sąsiedzi** (20) – serial anim.
10.35 **Ekstremalne drogi do szkoły** (2) – serial dok.
11.40 **Bogaty dom – biedny dom** (112) – reality show
12.40 **Rodzina zastępcza** (195, 196) – kom., Pol. 2005
14.40 **Niezwykłe konstrukcje**
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (26-29)
19.00 **Rodzina zastępcza** (294)
20.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (10, 11) – kom.
21.05 **Miodowe lata** (85) – kom.
22.00 **Nasz nowy dom**
0.00 **Kapitulacja. Ostatnie godziny II wojny światowej** – film dok., Fr.

BBC LIFESTYLE HD

13.40 **Włoski remont Amandy i Alana** (7, 8) – pr. rozrywk.
14.40 **Najpiękniej ukryte hotele** (5) – dok., Wlk. Bryt.
15.40 **Zapraszam do stołu 22**
17.50 **Najpiękniejsze domy: Nowa Zelandia** (2) – rozr.
18.50 **Mistrzowie ceramiki 3**
19.45 **Wielkie brytyjskie wypieki 12** (3) – pr. rozr.
21.00 **Najpiękniej ukryte hotele 2** (3) – serial dokum.
22.00 **Kurorty sławnych i bogatych** (3) – serial dok.
23.00 **Wstydliwe choroby: Nastolatki** (4) – serial dok.
0.00 **Wielkie taneczne show 20** (20, 21) – pr. rozr.

NICK JR. HD

16.10 **Małe Królestwo Bena i Holly** (17) – serial anim.
16.40 **Psi Patrol 6** (13) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa 4**
17.30 **Pan Krokodyl** (1) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (10) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (8) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (11)
19.25 **Przygody Misia Paddingtona** (7, 11)
20.00 **Świnka Peppa 3** (6-10)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (22) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (3-5) – anim., Fr.

POLSAT NEWS HD

14.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Najważniejsze pytania**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Najważniejsze pytania**

TVP KOBIETA DVB T2

13.00 **Na dobre i na złe** (570)
13.55 **Kiedyś to było...** – mag.
14.30 **Okrasa łamie przepisy**
15.00 **Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** (58)
15.30 **Ojciec Mateusz 33** (421, 422) – krym., Pol. 2025
17.25 **Wyspy Kanaryjskie** (1)
18.30 **Hity wszech czasów** (4)
19.30 **Miłość i nadzieja** (282) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (263) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (257) – obycz.
22.30 **Dziewczyna warta** FILM **grzechu** – komedia, Niemcy/USA 2014, 95 min

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka** (18)
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (8, 9)
14.20 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (3, 4) – rozr.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (1, 2)
20.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (6) – pr. rozr.
22.30 **Plastyczna fuszerka** (3)
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (8, 9)
3.00 **Plastyczna fuszerka** (18)

TV TRWAM DVB T

17.30 **Moja parafia**
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Poznajemy Polskę** (7)
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia** – program publicystyczny
22.00 **Z wędką nad wodę w Polskę i świat** – rozr.

BBC BRIT HD

9.25 **Top Gear: samoloty, pociągi i inne pojazdy** (7)
10.30 **Warsztat Hammonda 4**
11.30 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (7) – serial dok.
12.35 **Top Gear 6** (7) – mag.
13.35 **Warsztat Hammonda 4**
14.35 **Cuda inżynierii 5** (15)
15.40 **Najsłabsze ogniwo** (6)
16.45 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (7) – serial dok.
17.50 **Top Gear 6** (8) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 5** (15)
20.00 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (8) – serial dok.
21.00 **Najbardziej luksusowe...**
23.00 **Top Gear 6** (7) – mag.
0.00 **Najsłabsze ogniwo** (6)

MINI MINI+ HD

15.10 **Baranek Shaun** (36-38)
15.36 **Jeżyk Happy** (15, 16)
15.55 **Mały Charlie** (5) – anim.
16.05 **Mega Ekspres** (9, 10)
16.30 **Ciekawski George 8** (6)
17.00 **Strażak Sam 16** (5, 6)
17.25 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.56 **Smerfy** (22) – serial anim.
18.25 **Leśna rodzina: Pamiętnik Frei** (12, 13)
18.50 **Baczne oczka** (10, 11)
19.05 **Kicia Kocia 2** (11, 12)
19.25 **Mały Charlie** (5) – anim.
19.36 **Jeżyk Happy** (15, 16)
19.52 **Basia 2** (2) – serial anim.
20.05 **Wierszyki domowe** (5-7)
20.35 **Dolina Muminków 2** (3)

TVP 3 DVB T2

12.30 **Okrasa łamie przepisy**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Rozmowy (nie)wygodne**
14.10 **Całkiem niezła historia**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Dlaczego krowa...** – mag.
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Kryminalna siódemka**
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (178) – serial obycz., Turcja 2022

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

Warto zobaczyć

12.50 KINO POLSKA
Wielka majówka
OBYCZAJOWY Uciekinier z zakładu poprawczego włamuje się do willi. W Warszawie z nowymi znajomymi wydaje skradzione pieniądze. *Reż.: Krzysztof Rogulski, A: Zbigniew Zamachowski, Jan Piechociński*
Polska 1981 **120 min ► do godz. 14.50**

13.50 C+ FILM
L.A.R.P. Miłość, trolle i inne questy
KOMEDIA Sergiusz, który pasjonuje się fantastyką, zabiega o względy nowej koleżanki. Odkrywa jej sekret. *Reż.: Kordian Kądziela, A: Filip Zaręba, Martyna Byczkowska*
Polska 2025 **90 min ► do godz. 15.20**

13.55 ALE KINO+
Tatami
THRILLER W Tbilisi trwają mistrzostwa świata w judo. Irańska pretendentka do złota otrzymuje ultimatum, które zaważy na jej przyszłości. *Reż.: Zar Amir Ebrahimi, Guy Nattiv, A: Arienne Mandi, Zar Amir Ebrahimi*
USA/Gruzja 2023 **130 min ► do godz. 16.05**

15.15 TVP KULTURA
Wielki bieg
OBYCZAJOWY Stefan chce wygrać Bieg Pokoju, by wręczyć Bierutowi petycję w sprawie ojca. Organizatorzy mają mu przeszkodzić. *Reż.: Jerzy Domaradzki, A: Tadeusz Bradecki, Jarosław Kopaczewski*
Polska 1981 **110 min ► do godz. 17.05**

18.00 FILMBOX+ HITS
Czekając na Anyę
WOJENNY Rok 1942. Benjamin ukrywa żydowskie dzieci. Jakiś czas temu zaginęła jego córka. Mężczyzna nie traci nadziei na jej odnalezienie. *Reż.: Ben Cookson, A: Jean Reno, Anjelica Huston, Noah Schnapp*
Wlk. Bryt./Bel. 2020 **120 min ► do godz. 20.00**

19.20 POLSAT FILM
Parasol bezpieczeństwa
KOMEDIA SENSACYJNA Dwaj niecierpiący się ochroniarze wpadają na trop przemytnika. Muszą współpracować. *Reż.: Dennis Dugan, A: Martin Lawrence, Steve Zahn, Eric Roberts*
USA 2003 **100 min ► do godz. 21.00**

20.00 C+ PREMIUM
Być kochaną
OBYCZAJOWY Maria próbuje godzić ambicje zawodowe z rolą matki. Jej małżeństwo przechodzi kryzys. Kobieta decyduje się na terapię. *Reż.: Lilja Ingolfsdottir, A: Oddgeir Thune, Helga Guren, Heidi Gjermundsen*
Norwegia 2024 **105 min ► do godz. 21.45**

20.10 ALE KINO+
Michael Clayton
THRILLER Uzależniony od hazardu adwokat ma reprezentować w sądzie korporację U/North. Jego poprzednik załamał się nerwowo. *Reż.: Tony Gilroy, A: George Clooney, Tilda Swinton, Tom Wilkinson*
USA 2007 **145 min ► do godz. 22.35**

→ filmowe hity

Major podejmuje nierówną walkę o odzyskanie własnej tożsamości.

20.00 TVN 7
Ghost in the Shell
SCIENCE FICTION Policjantka cyborg poznaje szokującą prawdę na temat swojej przeszłości.

HIT DNIA Będąca hybrydą człowieka i maszyny Major pracuje dla elitarnej jednostki Section 9, która zajmuje się zwalczaniem terroryzmu i przestępczości komputerowej. Nie pamięta swojej przeszłości. Wie jedynie, że po ocaleniu z wypadku została przekształcona w cyborga. Połączono w niej sprawność fizyczną robota z intuicją oraz emocjami człowieka, co czyni ją idealną policjantką w świecie zdominowanym przez sztuczną inteligencję. Członkowie jej grupy wyjaśniają sprawę hakera Hideo Kuze, który planuje przejęcie zaawansowanej technologii umożliwiającej kontrolowanie umysłów. Podczas misji Major odkrywa, że wcale nie uratowano jej życia, lecz przeciwnie – skradziono je. Dzięki tej wiedzy wymyka się spod kontroli twórców. Chce chronić innych przed podobnym losem. **HD 140 min ► do godz. 22.20**

USA/Wlk. Bryt./Chiny/Hongkong/Kan. 2017 **Reż.:** Rupert Sanders **Wyst.:** Scarlett Johansson, Juliette Binoche

20.00 POLSAT
Bez litości 2
THRILLER Były as wywiadu Robert McCall (Denzel Washington) wiedzie spokojne życie na emeryturze. Pewnego dnia dowiaduje się o morderstwie przyjaciółki (Melissa Leo). Postanawia rozprawić się ze sprawcami zbrodni.
Reż.: Antoine Fuqua Wyst.: Pedro Pascal
USA 2018 **HD 160 min ► do godz. 22.40**

20.00 TV PULS
Bóg zemsty
SENSACYJNY Laura (January Jones) zostaje zgwałcona. Członek tajnej organizacji zawiera układ z jej mężem (Nicolas Cage). Pomaga mu w wyrównaniu rachunków. Pół roku później zjawia się ponownie, by zlecić zabójstwo.
Reż.: Roger Donaldson Wyst.: Guy Pearce
USA 2011 **HD 125 min ► do godz. 22.05**

20.50 TVN
Godzina ciszy
KRYMINALNY Shaw (Joel Kinnaman) częściowo traci słuch. Angażuje się w śledztwo, w którym świadkiem jest głuchoniema Ava. Zdobywa jej zaufanie. By ją chronić, musi stawić czoło przestępcom i skorumpowanym policjantom.
Reż.: Brad Anderson Wyst.: Sandra Mae Frank
USA/Kan. 2024 **HD 130 min ► do godz. 23.00**

21.35 TVP KULTURA
Blisko
OBYCZAJOWY Trzynastoletni Leo (Eden Dambrine) i Rémi są przyjaciółmi. Rówieśnicy sugerują, że łączy ich homoseksualna relacja. By ukrócić szyderstwa, Leo odcina się od kolegi. Niebawem musi się zmierzyć z tragedią.
Reż.: Lukas Dhont Wyst.: Gustav De Waele
Belgia/Fr. 2022 **HD 115 min ► do godz. 23.30**

22.40 POLSAT
Pierwszy śnieg
KRYMINALNY Oslo. Harry Hole (Michael Fassbender) bada sprawę zaginięcia kobiety i zabójstwa innej. W śledztwie pomaga mu Katrine (Rebecca Ferguson). Okazuje się, że zbrodnia ma związek z tragedią z przeszłości.
Reż.: Tomas Alfredson Wyst.: Jonas Karlsson
Wlk. Bryt. 2017 **HD 150 min ► do godz. 1.10**

23.05 TV 4
Battleship: Bitwa o Ziemię
SCIENCE FICTION Naukowcy wysyłają sygnał na nowo odkrytą planetę. W odpowiedzi obcy atakują Ziemię. W walkach bierze udział m.in. niedoświadczony żołnierz Alex Hooper (Taylor Kitsch).
Reż.: Peter Berg Wyst.: Liam Neeson, Rihanna
USA 2012 **HD 165 min ► do godz. 1.50**

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

→ sport

4.50 TVP 2 **Jordania – Algieria**
PIŁKA NOŻNA LIVE
Mundialowy debiutant kontra Lisy Pustyni, które rozgrywają swoje piąte mistrzostwa świata. Ibrahim Maza i jego koledzy muszą uważać zwłaszcza na Mousę Al-Tamariego, zwanego jordańskim Messim. HD 160 min ▸ do godz. 7.30

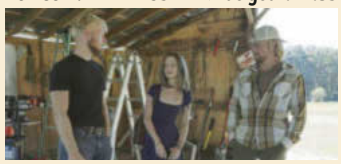
18.50 TVP 2 **Portugalia – Uzbekistan**
PIŁKA NOŻNA LIVE Mistrzowie Ligi Narodów są o kilka klas lepsi od kadry Uzbekistanu, dowodzonej przez Fabia Cannavaro. Okaże się, czy będą w stanie udowodnić to na boisku w Houston. HD 135 min ▸ do godz. 21.05

21.50 TVP 1 **Anglia – Ghana**
PIŁKA NOŻNA LIVE
Drużyna z Afryki zmieniła selekcjonera na dwa miesięce przed startem mundialu. Okaże się, czy zatrudnienie Carlosa Queiroza przyniesie pozytywne skutki w starciu z jednym z faworytów MŚ. HD 160 min ▸ do godz. 0.30

0.50 TVP 2 **Panama – Chorwacja**
PIŁKA NOŻNA LIVE
W Toronto dojdzie do pierwszego w historii spotkania tych reprezentacji. Zatrzymanie medalistów dwóch ostatnich MŚ może się okazać zadaniem ponad siły Los Canaleros. HD 135 min ▸ do godz. 3.05

→ rozrywka

20.00 TVP KULTURA **Lord Jim**
TEATR TELEWIZJI Sztuka na podstawie powieści Josepha Conrada z Michałem Żebrowskim w roli głównej. Dręczony poczuciem winy żeglarz Jim szuka odkupienia na wyspie Oceanu Indyjskiego. Gdy staje się ona celem bandyty, jest gotowy bronić jej mieszkańców. HD 95 min ▸ do godz. 21.35



21.00 TLC **Rodzina 10+ 8**
REALITY SHOW Barry wybiera się na pierwszą randkę od 20 lat. Podróż samochodem Kim i Lydii przybiera nieoczekiwany obrót przez szczere wyznanie pierwszej z kobiet. Jej słowa przywołują wspomnienia związane ze śmiercią Joshuy. HD 60 min ▸ do godz. 22.00

23.00 TVN **Kuba Wojewódzki**
TALK-SHOW Prowadzący gości tym razem dwoje artystów. Rozmawia z aktorem Mateuszem Damięckim między innymi o jego pamiętnych rolach. Z kolei wokalistka Kaśka Sochacka zaskakuje go wyznaniem dotyczącym pasji. HD 65 min ▸ do godz. 0.05

→ dokument

21.45 C+ PREMIUM **Larger Than Life: Złota era boysbandów**
SPOŁECZEŃSTWO Przez pięć dekad boysbandy kształtowały popkulturę. Autorzy analizują ich fenomen – od The Beatles po Backstreet Boys. HD 95 min ▸ do godz. 23.20

Zamów najbliższe wydania swojego ulubionego tytułu!

Oferta PRENUMERATY

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

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

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

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

TVP 1 HD DVB-T2

5.00 Złoty chłopak (317) – serial obyczajowy, Turcja 2022
5.50 Akacjowa 38 (883) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Kościół z bliska – mag. religijny
8.00 Serwis Info – program inform.
8.05 Pogoda Info
8.15 Czterdziestolatek (17) – serial obyczajowy, Polska 1977
9.15 Ranczo 5 (63) – obycz., Pol. 2011
10.10 Komisarz Alex 6 (72) – serial kryminalny, Polska 2014
11.05 Ojciec Mateusz 14 (181): Piekło – serial kryminalny, Polska 2015
12.00 Serwis Info – program inform.
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda – program inform.
12.40 Magazyn rolniczy
12.55 Natura w Jedynce: Ukryte cuda europejskiej przyrody (1) – serial dokumentalny, Hol.
14.00 Złoty chłopak (318)
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1052)
16.00 Dziedzictwo (957) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (896) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.30 Prokurator (5) – krym., Pol. 2015
21.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

TVP 2 HD DVB-T2

4.30 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
4.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy J: Jordania – Algieria (LIVE)
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.25 Rodzinka.pl (18, 19): Zwierzątko domowe; Powitanie jesieni – serial komediowy, Polska 2011
12.35 Koło fortuny (1868) – teleturniej
13.15 Panna młoda (127) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (995) – teleturniej
14.35 Na sygnale (860): Mecz ostatniej szansy – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Wiktor organizuje koleżeński mecz piłki nożnej. Alek i Nowy wdają się w gwałtowną bójkę, a Benio trafia na SOR. Ratownicy otrzymują wezwanie do karambolu.
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (417) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Jimena czuje się odtrącona przez bliskich i zdesperowana. Próbuje odebrać sobie życie. Catalina oficjalnie zrywa zaręczyny z Pelayem. Ricardo Pellicer obejmuje stanowisko nowego szefa służby w La Promesie.
16.00 Koło fortuny (1869) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (128) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.20 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

POLSAT HD DVB-T2

4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Malanowski i partnerzy (302, 303): Nowe życie; Ukochany syn – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1233, 1234) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (848, 849) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1478, 1479) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Weronika i Wacław planują ślub. Ich szczęście burzy anonim, który wywołuje w mężczyźnie zazdrość. Sytuację pogarsza wizyta Bogumiła, podającego się za kochanka kobiety. Wacław zrywa z narzeczoną. Niebawem dokonuje ona pewnego odkrycia.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1045, 1046) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Patrol policji dostrzega samochód, którego kierowca podejrzanie się zachowuje. Dochodzi do strzelaniny, a mężczyzna prowadzący pojazd ginie. W bagażniku auta policjanci znajdują odcięte ucho. Chcą dotrzeć do ofiary okaleczenia.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.35 Sport, pogoda

TVN HD DVB-T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1677) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (8): Zielona Góra – Kuchnia na Górce – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Doradca smaku (19)
11.25 Kuchenne rewolucje (1, 5): Napachanie, Szybaj Szama; Łódź – Antonio – program rozrywkowy
13.40 Ukryta prawda (1659, 1660, 1712) – paradok., Polska
Taksówkarz Czarek jest w związku z Ulą, która ma trzyletniego synka. Mierzy się z kolejnymi problemami – podczas spaceru zostaje zaatakowany przez ojca chłopca, a później wizytę składają mu dwaj tajemniczy mężczyźni.
16.50 Szpital św. Anny (52) – serial obyczajowy, Polska 2025
Internetowy prześladowca wciąż grozi Marcie śmiercią. Tomek namawia kobietę, by zgłosiła sprawę policji. Ratownicy przyjmują zgłoszenie od seniorki, która upadła w parku.
17.55 Detektywi (176) – serial fabularno-dokum., Polska 2025
Kobieta prosi śledczych o pomoc w odnalezieniu swojego byłego męża. Detektywi ustalają, że mężczyzna zajmuje się prowadzeniem warsztatów filmowych dla młodzieży.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4233) – serial obyczajowy, Polska 2026 (player)

20

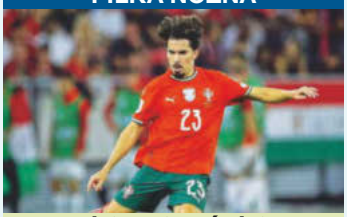
PIŁKA NOŻNA

21.50 Mistrzostwa świata 2026: mecz grupy L: Anglia – Ghana (LIVE)

Anglicy przyjechali na mistrzostwa świata rozgrywane w USA, Kanadzie i Meksyku, aby poprawić wynik sprzed czterech lat, kiedy zakończyli mundialowe zmagania w najlepszej ósemce. Ich drugim rywalem w fazie grupowej jest ekipa sklasyfikowana na 73. miejscu w rankingu FIFA i ćwierćfinalista mundialu z 2010 roku.

0.30 Eiffel – dramat biograficzny, Francja/Belgia/Niemcy 2021, reż. Martin Bourboulon, wyk. Romain Duris, Emma Mackey, Pierre Deladonchamps, Armande Boulanger, 115 min (FILM)
W 1889 roku w Paryżu ma się odbyć światowa wystawa. Rząd Francji zleca inżynierowi Eiffelowi stworzenie wyjątkowego projektu. Spotkanie z Adrienne inspiruje go do skonstruowania ogromnej wieży ze stali.
2.25 63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza – skrót koncertu
3.25 Zakończenie

PIŁKA NOŻNA



18.50 Mistrzostwa świata 2026: mecz grupy K: Portugalia – Uzbekistan (LIVE)

Portugalia to zdecydowany faworyt rywalizacji w grupie K. Drugim rywalem zespołu Cristiana Ronaldo będzie Uzbekistan, który w tym roku debiutuje na mistrzostwach świata. Będzie to pierwszy wspólny mecz tych drużyn.

21.05 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
21.30 Postaw na milion – teleturniej
22.25 Na sygnale (851, 852): Obcy w domu; Kłamstwu stanowcze nie! – serial fab.-dokum., Polska 2026
23.30 To jest mój sen – koncert Edyty Bartosiewicz
0.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
0.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy L: Panama – Chorwacja (LIVE)
3.05 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
3.25 Portret zdezorientowanego ojca – film dokumentalny, Francja/Norwegia 2025
5.05 Zakończenie

THRILLER

20.00 Bez litości 2 – USA 2018, 160 min (FILM)

Były tajny agent Robert McCall wiedzie spokojne życie na emeryturze. Pewnego dnia dowiaduje się, że jego wieloletnia przyjaciółka i partnerka zawodowa, Susan, została zamordowana. Jest zdeterminowany, by dopaść sprawców i wymierzyć sprawiedliwość.

22.40 Pierwszy śnieg – film kryminalny, Wielka Brytania/USA/Szwecja 2017, reż. Tomas Alfredson, wyk. Michael Fassbender, Rebecca Ferguson, Charlotte Gainsbourg, Jonas Karlsson, 150 min (FILM)
Oslo. Detektyw Hole zmaga się z problemami osobistymi. Z letargu wyrywa go sprawa zaginięcia oraz zabójstwa. Kluczowym tropem okazuje się śniegowy bałwan na miejscu zbrodni.
1.10 Klucz do wieczności – thriller, USA 2015, reż. Tarsem Singh, wyk. Ryan Reynolds, Natalie Martinez, Matthew Goode, Ben Kingsley, 160 min (FILM)
3.50 Ewa gotuje (559) – magazyn kulinarny

KRYMINALNY

20.50 Godzina ciszy – Malta/USA/Kanada 2024, 130 min (FILM)

Detektyw Shaw częściowo traci słuch. Angażuje się w śledztwo, w którym świadkiem jest głuchoniema Ava. Zdobywa jej zaufanie. Pragnąc ją chronić, musi stawić czoło przestępcom oraz skorumpowanym policjantom.

23.00 Kuba Wojewódzki (10) – talk-show
0.05 Star Trek: W nieznane – film s.f., USA/Hongkong/Chiny 2016, reż. Justin Lin, wyk. Chris Pine, Zachary Quinto, Karl Urban, Zoe Saldana, 155 min (FILM)
Kapitan Kirk i jego ludzie mają ocalić towarzyszy kobiety, która dotarła do Yorktown w kapsule ratunkowej. W czasie misji załoga wpadają w pułapkę zastawioną przez Kralla.
2.40 Szpital św. Anny (120) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.45 Uwaga! – magazyn reporterów
4.00 Największe polskie katastrofy (1) – serial dokumentalny, Polska 2020
5.00 Recepta na stary dom 4 (5) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.20 Ten moment (42) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (743-745) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1325, 1419, 1420) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1060-1062): Czeszka; Miłosz; Cztery lata – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 Detektywi (109): Duch – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 Szpital (755) – serial paradokumentalny, Polska 2018
16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (494, 495): Więzienna miłość; Dziewczyna dilera – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (5) – serial paradokumentalny, Polska 2018
19.00 Ukryta prawda (1516) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Ilona spotyka się z Maćkiem. Gdy jedzą romantyczną kolację, w jej mieszkaniu zjawia się były partner, który opuścił więzienie. Mimo że kobieta nie chce go widzieć, on nie daje za wygraną i ją nachodzi. Między rywalami dochodzi do bójki.

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (16, 17): Niebezpieczna damulka; Florence Italy – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (15, 16): Pozdrowienia z Moskwy; Drift – serial sensacyjny, Niemcy 2015
10.00 Maria z przedmieścia (29, 30) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (101) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (35) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (20) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (512, 513) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (21) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Klient firmy „Twoja Paczka" twierdzi, że przez nieporozumienie wysłał paczkę pod zły adres. Bartek odkrywa stronę w sieci, gdzie można sprawdzić genealogię swojej rodziny.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (958, 959) – serial obyczajowy, Polska 2026
Rozwiedziony Adam umawia się z dziewczyną poznaną na siłowni. Kupuje jej kolczyki. Jest zawiedziony, gdy odkrywa, że spotyka się ona z trenerem.

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 19 (13) – pr. rozrywk.
6.25 Superthings: Kazoom Power (3, 4) – serial anim., Hiszp. 2024
6.40 Smerfy 2 (39) – serial anim.
6.55 Jeżyk i Przyjaciele (4, 3) – anim.
7.30 Psi Patrol (10) – serial anim.
7.50 Superkoty (4) – serial anim., USA
8.30 Myszka Miki: Frajdomek 2 (54) – serial anim., USA 2022
8.50 Masza i Niedźwiedź 3 (23, 24)
9.20 Świnka Peppa (19, 20) – anim.
9.30 Bing 4 (9, 10) – serial animowany
9.45 Basia (3, 4) – serial anim., Polska
10.10 Jeżyk i Przyjaciele (2) – anim.
10.35 Spidey i superkumple 2 (33, 32) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (23, 24) – serial anim., Fr. 2021
12.00 Psi Patrol 8 (25) – serial anim.
12.35 Marta mówi (4) – serial anim.
13.00 Smerfy (147) – anim., Bel. 1988
13.35 Gumisie 6 (18) – anim., USA 1992
14.00 Kacze opowieści (59, 60)
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (14, 15) – anim.
16.00 Fineasz i Ferb 2 (26) – anim.
16.35 Fineasz i Ferb (25) – serial anim.
17.00 Smerfy (146) – anim., Bel. 1988
17.35 Gumisie 6 (17) – anim., USA 1992
18.00 Pingwiny z Madagaskaru (23, 24) – serial animowany, USA
19.00 Kacze opowieści (58, 61)
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (966)

NETFLIX

SEKS DLA OPORNYCH

Basia (Ilona Ostrowska) i Grzegorz (Piotr Adamczyk), małżonkowie z 25-letnim stażem, chcą ożywić swój związek. W spa spotykają Maksa i Domi. Znajomość z nimi rodzi nieoczekiwane pokusy.
▶romant., Polska 2025; 95 min

BESTIA WE MNIE

Po śmierci syna popularna pisarka Aggie (Claire Danes) ma blokadę twórczą. Nowy sąsiad Nile (Matthew Rhys), który był podejrzany o zabójstwo żony, wciąga ją w ryzykowną grę.
▶serial krym. (8 odc.), USA 2025

Reutter

CUKIERKI ALOESOWE – SEKRET URODY, DOBREGO SAMOPOCZUCIA, WZMOCNIENIA ODPORNOŚCI.

W APTEKACH I ZIELARNIACH

REKLAMA

20.00 Ghost in the Shell FILM – film s.f., USA/Wielka Brytania/Chiny 2017, 140 min

HIT DNIA

Major jest hybrydą człowieka i maszyny. Jako agentka Sekcji 9 zajmuje się zwalczaniem terroryzmu i cyberprzestępczości. Członkowie tej grupy muszą zbadać sprawę Hideo Kuzego, który chce przejąć technologię umożliwiającą kontrolowanie umysłów. W trakcie misji Major odkrywa zaskakujące fakty na temat własnej przeszłości. Aktorska wersja kultowej mangi.

22.20 Oszukać przeznaczenie 3 FILM – horror, USA/Niemcy 2006, reż. James Wong, wyk. Mary Elizabeth Winstead, Ryan Merriman, Kris Lemche, Alexz Johnson, 100 min
0.00 Wdowy FILM – dramat kryminalny, Wielka Brytania/USA 2018, reż. Steve McQueen, wyk. Viola Davis, Liam Neeson, Jon Bernthal, Manuel Garcia-Rulfo, 160 min
2.40 Zgłoś remont 11 (3) – program rozrywkowy
3.40 Fachowcy 2 (11) – serial paradokumentalny, Polska 2018
4.20 Dorota was urządzi! (10) – program rozrywkowy

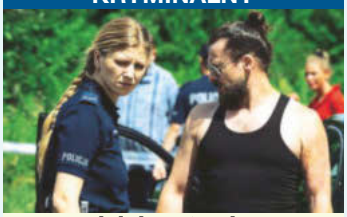
DRAMAT SENSACYJNY

20.00 Wtorki z Nicolasem Cage'em: Bóg zemsty FILM – USA 2011, 125 min

Will jest całkowicie bezsilny, gdy jego żona Laura pada ofiarą brutalnej napaści i gwałtu. Podczas wizyty w szpitalu spotyka tajemniczego Simona. Nieznajomy reprezentuje tajną organizację, która zajmuje się wymierzaniem sprawiedliwości. Żądny zemsty nauczyciel otrzymuje propozycję wyrównania rachunków z oprawcą ukochanej.

22.05 22 kule FILM – film sensacyjny, Francja 2010, reż. Richard Berry, wyk. Jean Reno, Kad Merad, Jean-Pierre Darroussin, Marina Fois, 135 min
0.20 Wilcze echa FILM – thriller, Francja 2019, reż. Antonin Baudry, wyk. François Civil, Omar Sy, Mathieu Kassovitz, Reda Kateb, 150 min
2.50 Dzielnica strachu 9 (393): Staromiejska 14 – serial kryminalny, Polska 2025
3.50 Lombard. Życie pod zastaw 18 (954) – serial obyczajowy, Polska 2026
5.00 Dzielnica strachu 9 (396): Śmieć – serial kryminalny, Polska 2025

KRYMINALNY



21.00 Dzielnica strachu 9 (398, 399): Złomiarze; Grzesznicy – Polska 2025

Przypadkowy świadek strzelaniny między handlarzami narkotyków korzysta z zamieszania i kradnie przestępcom neseser pełen gotówki. Komisarz Lubecki i dzielnicowa Majcher badają kulisy zajścia. Docierają do warsztatu samochodowego, którego właścicielem w przeszłości był jeden z podejrzanych.

23.00 Wszystko zostanie w rodzinie 1/2 FILM – komedia, Francja 2014, reż. Nicolas Benamou, wyk. Philippe Lacheau, Alice David, Vincent Desagnat, Tarek Boudali, 110 min
0.50 Lombard. Życie pod zastaw 12 (631) – serial obyczajowy, Polska 2023
1.50 Lombard. Życie pod zastaw 9 (472) – serial obyczajowy, Polska 2021
2.50 Lombard. Życie pod zastaw 4 (180, 181) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (493) – serial obyczajowy, Polska 2022

OSTATNI TANIEC

Jesienią 1997 r. Michael Jordan i Chicago Bulls rozpoczęli batalię o szósty w ciągu ośmiu lat tytuł mistrza NBA. Wszyscy zdawali sobie sprawę, że to ostatni moment na wykorzystanie możliwości najlepszego gracza i jego fenomenalnych kolegów. Sportowym zmaganiom towarzyszyły tarcia wewnątrz zespołu.
▶serial dok. (10 odc.), USA 2020

ŚMIERĆ OD PIORUNA

Wychowany w biedzie James Garfield (Michael Shannon) osiąga sukcesy jako genialny naukowiec, bohater wojny secesyjnej, kongresmen, a w końcu kandydat na prezydenta USA. Cztery miesiące po inauguracji, w 1881 roku, zostaje śmiertelnie postrzelony przez Charlesa Guiteau (Matthew Macfadyen).
▶serial hist. (4 odc.), USA 2025

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 **FBI: Most Wanted 2** (11, 12) – serial krym.
7.30 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (11, 12) – serial kryminalny
9.15 **Castle 2** (3, 4) – serial krym., USA 2009-2010
11.10 **MacGyver** (19, 20) – serial akcji, USA 2017
13.10 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (13, 14) – serial kryminalny
15.05 **Agenci NCIS 19** (21) – serial sensacyjny
16.05 **Agenci NCIS 10** (1) – serial sensacyjny
17.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2** (22, 23) – serial krym., USA/Kanada 2001
19.10 **Castle 2** (5, 6) – serial krym., USA 2009-2010

TVP SERIALE

5.15 **Rodzinka.pl** (90, 91) – serial kom., Pol. 2013
6.15 **Na sygnale** (473, 474) – serial fab.-dokum.
7.25 **Ojciec Mateusz 2** (23) – krym., Pol. 2009
8.25 **Komisarz Alex** (12) – serial krym., Polska
9.20 **Rodzinka.pl** (92) – serial kom., Pol. 2013
10.00 **Klan** (1439, 1440) – telenowela, Pol. 2008
10.50 **Ranczo 7** (90, 91)
12.35 **Komisarz Alex** (13)
13.30 **Ojciec Mateusz 29** (374, 375) – krym., Pol.
15.30 **Komisarz Alex 2** (14) – serial krym., Polska
16.25 **Na sygnale** (475, 476) – serial fab.-dokum.
17.35 **Ranczo 8** (92, 93) – serial obycz., Polska

TVP KULTURA HD

12.05 **Dziewczyny do wzięcia** – kom. obycz., Polska, 55 min
13.00 **Isaac Asimov. List do przyszłości** – dok.
14.10 **Kosmos 1999** (6) – s.f.
15.15 **Wielki bieg** – dramat obyczajowy, Polska 1981, 110 min
17.05 **Wakacje z duchami** (3, 4) – serial przyg.
18.20 **Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki** (4) – serial dok.
18.55 **Pan wzywał, milordzie? 3** (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
20.00 **Teatr Telewizji: Lord Jim** – sztuka na podstawie powieści Josepha Conrada, Polska 2002

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 4** (6) – serial dok., Pol. 2019
7.00 **The Hero** – film krótkometraż.
7.40 **Wszyscy święci** – film obyczajowy, Polska 2002, 105 min
9.25 **Wyraj** – film krótkometraż.
10.00 **Karen Pirie 2** (2) – krym., Wlk. Bryt. 2025
11.55 **Vera 3** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
13.55 **Tatami** – thriller, USA/Wielka Brytania/Gruzja 2023, 130 min
16.05 **Strefa interesów** – dramat historyczny, USA/Wielka Brytania/Polska 2023, 130 min
18.15 **Vera 3** (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

11.00 **Łapu capu** – pr. rozr.
11.05 **Copa 71** – film dok., Wlk. Bryt. 2023
12.35 **Królowa chmur** – film obyczajowy, Polska 2003, 80 min
13.55 **Cat's Eyes** (2) – serial przygodowy, Fr. 2024
14.55 **Hannah Arendt: Myślenie jest niebezpieczne** – film dokumentalny, Niemcy/USA 2025
16.20 **Chopin, Chopin!** – dramat biograficzny, Polska 2025, 130 min
18.30 **Łapu capu** – program rozrywkowy
18.35 **Morderstwo w ambasadzie** – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min

HBO HD

10.00 **Spider-Man 2** – film przygodowy, USA 2004, 125 min
12.05 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13** (15) – talk-show
12.50 **Do diabła z miłością** – kom. romant., USA/Niemcy 2003, 100 min
14.30 **Wszystko pół na pół** – komedia, Niemcy 2024, 110 min
16.20 **Dziki kot** – dramat biograficzny, USA 2023, reż. Ethan Hawke, 105 min
18.05 **Pasażerowie** – dramat s.f., USA 2016, 115 min
20.00 **Stamtąd 4** (7) – serial grozy, USA 2026

20

KRYMINALNY

21.05 **Premiera: Rekrut 8** (9, 10) – USA 2026

Nolan i Celina badają zgłoszenie dotyczące napadu na planie programu „Game Changer". Dowiadują się, że do inscenizacji zostali wynajęci prawdziwi przestępcy.

23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 2** (22, 23) – serial krym., USA/Kanada 2001
0.50 **Castle 2** (5, 6) – serial krym., USA 2009-2010
2.45 **Rekrut 8** (9, 10) – serial kryminalny
4.35 **FBI 2** (19) – serial kryminalny, USA 2020

KRYMINALNY

19.30 **Ojciec Mateusz 29** (376) – Polska 2023

Ksiądz Mateusz zostaje zaproszony przez reżysera Andrzeja Kosa do zagrania epizodu w filmie „Anioły". Niebawem filmowiec zostaje znaleziony martwy.

20.30 **Ojciec Mateusz 2** (24) – krym., Pol. 2009
21.30 **Ranczo 8** (94, 95)
23.20 **Ojciec Mateusz 29** (377, 378) – krym., Pol.
1.20 **Polowanie na ćmy** (2, 3) – hist., Pol. 2023
3.20 **Gra z Cieniem** (13)
4.10 **Klan** (1439) – telen.
4.35 **Pan Mama** (12)

DRAMAT OBYCZAJOWY

21.35 **Blisko** – Belgia/Fr./Hol. 2022, 115 min

Trzynastoletni Leo i Rémi są najlepszymi przyjaciółmi. Rówieśnicy sugerują, że łączy ich homoseksualna relacja. Pierwszy z nich postanawia ukrócić szyderstwa.

23.30 **SR** – film dokum., Niemcy 2024
1.30 **Świat to za mało** – film sens., USA/Wlk. Bryt. 1999, 140 min
3.50 **Kulturalni** (23) – magazyn kulturalny
4.45 **Podróże z historią** (29) – serial dokum.
5.25 **Teledyski** – mag.

THRILLER

20.10 **Michael Clayton** – USA 2007, 145 min

Uzależniony od hazardu adwokat staje przed najtrudniejszym wyzwaniem w karierze. Ma się zająć procesem firmy U/North. Niebawem odkrywa, jak wielkie podjął ryzyko.

22.35 **Eskorta** – dramat obyczajowy, USA/Francja 2014, 140 min
0.55 **Daaaaaali!** – komediodramat, Francja 2023, 90 min
2.25 **Minuta ciszy** (1)
3.25 **Cudownie ocalony** – komedia obyczajowa, Polska 2004, 95 min

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 P! **Być kochaną** – Norwegia/Szwecja 2024, 105 min

Małżeństwo Marii i Sigmunda zaczyna się rozpadać. Wspólna terapia staje się dla kobiety szansą na zrozumienie targających nią emocji i odnalezienie siebie.

21.45 **Larger Than Life: Złota era boysbandów** – film dokum., USA 2024
23.20 **Potępiony** – thriller, USA 2007, reż. Scott Wiper, wyk. Steve Austin, Vinnie Jones, Rick Hoffman, 110 min

KOSTIUMOWY

21.00 **Ta inna siostra Bennet** (1)

Mary wyróżnia się na tle rodzeństwa inteligencją. Na prowincji jednak zalety umysłu nie liczą się, gdy nie idą w parze z urodą. Dziewczyna chce zdobyć aprobatę rodziny podczas pierwszego balu.

21.30 **Nocna suka** – komediodramat, USA 2024, 95 min
23.05 **Joe Baby** – thriller, USA 2024, reż. Steven Brand, 85 min
0.30 **W dzikim galopie** – dramat obyczajowy, USA 2024, 115 min

AXN WHITE

8.30 **Szpital nadziei 3** (14)
9.25 **Blondynka** (6, 7) – obycz.
11.30 **Agenci NCIS 15** (19-21)
14.20 **Szpital nadziei 3** (15)
15.20 **Gwiazdka w Wiedniu** – dramat obyczajowy, USA/Austria 2019, 115 min
17.15 **Zagadkowe święta** – dramat obyczajowy, USA 2022, 110 min
19.05 **Dr House 2** (21) – obycz.
20.00 **Dowody zbrodni** (8, 9) – serial kryminalny, USA
22.00 **Unforgettable: Zapisane w pamięci 4** (5) – krym.
22.55 **Agenci NCIS 15** (19-21)
1.40 **Dowody zbrodni** (8, 9)
3.30 **Zaklinacze koni** (1, 2)

AXN BLACK

8.45 **Zagadki z przeszłości** (14) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.45 **Gwiezdne wrota 2** (11-13) – s.f., USA/Kan. 1998
12.45 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3** (21) – sens., USA
13.45 **Renegat 4** (22) – sens.
14.45 **Drużyna A 2** (12) – sens.
15.50 **Nieustraszony** (4) – sens.
16.55 **Zagadki z przeszłości** (15) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 **Gwiezdne wrota 2** (14-16) – s.f., USA/Kan. 1998
21.00 **Faceci w czerni 3** – komedia s.f., USA 2012, 130 min
23.10 **Legenda Zorro** – film przygodowy, 2005, 160 min

WARNER TV

8.30 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 9** (23) – sens., USA
9.25 **Bajer z Bel-Air 4** (8, 9)
10.25 **Prawo Agaty 2** (2)
11.25 **Pełna chata 7** (9, 10)
12.30 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 10** (13, 10) – sens.
14.20 **Bajer z Bel-Air 4** (8-11)
16.20 **Pełna chata 7** (9-12)
18.20 **Akademia policyjna 6: Operacja „Chaos"** – kom., USA 1989, 100 min
20.00 **Kryminalni: Misja śląska** – film krym., 2006, 130 min
22.10 **Szalony Koń** – western, USA 1996, 225 min
1.55 **Przyjemniaczek** – kom. sens., 1997, 120 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (106-108) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 **Co ludzie powiedzą?** (3-5, 7, 8, 6) – serial kom.
12.55 **Kowalscy kontra Kowalscy** (1-4) – serial obyczajowy, Polska 2022
14.55 **Świat według Kiepskich** (337-340) – kom., Pol. 2010
16.55 **Columbo** (1) – serial krym.
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (95-97) – serial krym., USA/Kanada
23.50 **Ślad** (13-15) – serial krym.
2.50 **Święty** (279, 280) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 **48h. Zaginieni** (71, 72) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

7.20 **Kung Fu Panda** – anim., USA/Wlk. Bryt. 2008, 90 min
8.50 **Nadzieja** – dramat sens., Pol./Niemcy 2006, 100 min
10.30 **Charlie Chaplin: duch włóczęgi** – film dok., 2024
12.00 **Mamma Mia! Here We Go Again** – komedia muzyczna, 2018, 110 min
13.50 **L.A.R.P. Miłość, trolle i inne questy** – komedia, Polska 2025, 90 min
15.20 **Sigourney Weaver. Ikona kina akcji**
16.15 **Robin i obrońcy królestwa** – przyg., Wlk. Bryt./Irlandia 2024, 95 min
17.50 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
17.55 **Jason Bourne** – thriller, USA 2016, reż. Paul Greengrass, 120 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Wszystkie odcienie światła** – dramat obycz., Indie/Fr./Hol. 2024, 115 min
21.55 **Do samego końca** – thriller, Wł. 2024, 115 min
23.50 **Zakochany bez pamięci** – komediodramat, USA 2004, 105 min
1.35 **To się nie dzieje** – thriller, Polska 2025, 75 min
2.50 **Quebonafide: Północ/Południe** – musical, Polska 2025, 70 min
4.00 **Julia wraca do domu** – dramat obycz., Niem./Kan./Polska 2002, 120 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Naruto** (11-13) – serial anime, Japonia 2003
11.20 **Agnieszka Radwańska. Anatomia zwycięstwa** (1, 2) – serial dok., Pol. 2022
12.55 **Łapu capu** – program rozrywkowy
13.05 **Planeta Singli. Osiem historii** (1) – serial komediowy, Polska 2021
14.00 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
14.30 **Naruto** (14-16) – serial anime, Japonia 2003
16.00 **Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (7-9) – serial komediowy, Fr.
17.45 **Łapu capu Extra** – program rozrywkowy
18.20 **Prost** (4-6) – serial dok., Fr.
20.00 **Minuta ciszy** (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2022
22.00 **Blizna** (4) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024
23.00 **Spartakus: Krew i piach** (11) – serial hist., USA 2010
23.55 **Czarne stokrotki** (5, 6) – serial kryminalny, Polska
2.05 **Ekspedycja XD** (1-5) – serial komediowy, Polska
2.55 **Premierowa jazda** (1) – magazyn
3.05 **Belfer 2** (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2017
5.00 **Łapu capu Extra** – program rozrywkowy
5.35 **Call me lala** – film krótkometraż., Pol.

CANAL+ 360 HD

8.00 **Grip – w świecie supersamochodów** (5)
9.00 **Nieczysta gra: Skandal w biathlonie** (3) – dok.
10.00 **Co poszło nie tak 2** (2)
11.05 **Born Racers. Młodzi i szybcy** (4) – serial dokum.
12.15 **Wolne duchy. Starcie z żywiołami** (4) – dok.
13.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (2) – serial dok., Niem. 2011
14.00 **Wykrywacz historii 2** (2)
15.00 **Co poszło nie tak 2** (6)
16.00 **Supersamoloty bojowe** (1) – serial dokumentalny
17.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (11) – dok.
17.55 **Porzucone konstrukcje 4** (16) – dok.
18.50 **Wykrywacz historii 2** (1)
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (12) – dok.
20.50 **Co poszło nie tak 4** (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024
21.55 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (3) – serial dok., Niem. 2023
22.55 **Supersamoloty bojowe** (7) – serial dokumentalny
0.00 **Nieczysta gra: Skandal w biathlonie** (2) – dok.
0.55 **Pokonani** (5) – serial krym.
2.00 **Twardzielki** (4) – dok., Pol.
2.40 **Polowanie na Hitlera** (8) – serial dokumentalny, Pol.

HBO 2 HD

12.35 **I tak po prostu** (10)
13.15 **Harry Potter i Książę Półkrwi** – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2009, 150 min
15.45 **Karate Kid** – film przyg., USA/Chiny 2010, 135 min
18.00 **Jedynka plus** – komedia, USA 2025, 90 min
19.30 **Focus** – kom. krym., USA/Argentyna 2015, 105 min
21.15 **Wichrowe wzgórza** – dramat obyczajowy, USA/Wlk. Bryt. 2026, 130 min
23.25 **Ostatni wiking** – komediodramat, Dania/Szwecja 2025, 110 min
1.15 **Bezmiar** – dramat obycz., Wł./Francja 2022, 95 min

HBO 3 HD

13.05 **W ogniu pasji** – dramat obyczajowy, 2025, 110 min
14.55 **Georgie i Mandy wzięli ślub 2** (17, 18) – serial kom.
15.30 **Chłopaki też płaczą** – komedia romantyczna, USA 2008, 110 min
17.20 **Idol z piekła rodem** – komedia muzyczna, USA 2010, 105 min
19.05 **Niepewne 4** (7, 8) – kom.
20.05 **Rzym** (1) – serial hist.
21.00 **Stamtąd 4** (7)
21.50 **Ta inna siostra Bennet** (1) – kostium., Wlk. Bryt.
22.25 **Królowe podziemia** (5)
23.20 **Holland** – thriller, USA 2025, 105 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (115-117) – dok., Pol.
7.30 **Doktor Martin 3** (23)
8.30 **Przyjaciółki** (301, 302) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (147, 148, 213, 214) – kom., Pol.
12.50 **Dawid i elfy** – film familijny, Polska/USA 2021, 130 min
15.00 **Małolaty u taty** – komedia, USA 2003, 115 min
16.55 **Ghost Rider** – thriller, USA/Australia 2007, 145 min
19.20 **Parasol bezpieczeństwa** – komedia sensacyjna, USA 2003, 100 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (12, 13) – serial animowany, USA 2012
7.00 **Dwóch i pół 3** (11-14) – serial komediowy, USA 2005
8.55 **Przyjaciele 4** (14-19) – serial komediowy, USA 1997-1998
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 4** (5-10) – serial komediowy, USA 2010-2011
14.30 **Dwóch i pół 3** (15-18) – serial komediowy
16.30 **Przyjaciele 4** (20-24) – serial komediowy, USA 1997-1998
19.00 **Przyjaciele 5** (1) – serial komediowy, USA 1998-1999

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (765) – serial paradokum.
6.00 **Top 100: filmy wszech czasów** (1)
6.30 **Alfabet filmowy** (11)
6.45 **Zakochani po uszy** (67, 68) – telen., Polska
7.45 **Detektywi** (33-36)
9.50 **Prawo Agaty 3** (1)
10.55 **Szpital św. Anny** (80)
11.55 **Miłość czy pomyłka?** (13, 14)
13.55 **Prawo Agaty 2** (13)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.00 **Po drugiej stronie kamery** (2) – dok., Pol.
17.00 **Seriaale Top 5** (22)
17.10 **Kosmiczny mecz** – film familijny, USA 1996, 110 min
19.00 **Szpital św. Anny** (59) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.15 **Balthazar 4** (7, 8) – serial kryminalny, Fr.
8.30 **Grace 3** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
10.30 **Chicago P.D. 10** (20, 21) – serial kryminalny, USA 2022
12.20 **Magnum: Detektyw z Hawajów 4** (13, 14) – serial sensacyjny
14.10 **Balthazar 5** (1, 2) – serial kryminalny, Fr.
16.20 **Na granicy: Przepaść** – film krym., Niemcy 2022, 120 min
18.20 **Chicago P.D. 10** (22) – serial kryminalny
19.15 **Chicago P.D. 11** (1) – serial kryminalny
20.10 **Magnum: Detektyw z Hawajów 4** (15, 16) – serial sensacyjny

KINO POLSKA

6.25 **Nowy kabaretowy rejs 5** (6) – pr. rozrywk.
7.15 **Polska z góry. Nad wodą 2** (2) – dok.
7.45 **Pokój** – krótkometraż.
8.15 **Moja mama** – film krótkometraż., 2024
8.30 **Szumy i fonie**
8.45 **Komedia małżeńska** – komedia obyczajowa, 1993, 125 min
10.50 **Podróż za jeden uśmiech** – film przyg., 1972, 120 min
12.50 **Wielka majówka** – film obyczajowy, 1981, 120 min
14.50 **Stara baśń** – film kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, 140 min
17.10 **Pogranicze w ogniu** (20, 21) – serial sens.

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (4) – program rozrywkowy
6.50 **Złoty interes** (4) – program rozrywkowy
7.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** – cykl reportaży, Pol.
9.00 **Robert Makłowicz** (143, 138) – mag. kulin.
10.55 **Górski lekarz** (9, 10) – obycz., Niem./Austria
13.00 **Katastrofy w przestworzach** (8, 5) – serial dok., Kan.
16.00 **MacGyver 3** (15, 16) – sens., USA/Kan. 1988
18.00 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (32, 33) – reality show
19.10 **Aukcja w ciemno** (17, 18) – serial dokum.

20

SENSACYJNY

21.00 **Wesoły wtorek: Agenci** – USA 2013, 130 min

Bobby i Stig planują napad. W rzeczywistości są oni agentami. Kiedy obaj zostają wrobieni, ich tropem zaczyna podążać wywiad i mafiosi.

23.10 **Żona na niby** – komedia, USA 2011, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, 145 min
1.35 **Fala zbrodni** (66-69) – serial sens., Pol. 2006
5.20 **Na ratunek 112** (848) – serial paradok., Polska 2023

KOMEDIOWY

19.30 **Teoria wielkiego podrywu 4** (11-16)

Koledzy przebierają się za członków Ligi Sprawiedliwych. Brakuje im kandydata na Supermana. Zostaje nim Zach, przyjaciel Penny.

22.00 **The Office PL 4** (11, 12) – serial kom.
23.05 **Comedy Club 3** (9, 10) – pr. rozrywk.
0.05 **Miasteczko South Park** (1, 2)
1.00 **Pracoholicy** (9, 10)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 5** (13, 14)
3.00 **Miasteczko South Park 27** (3-5)

KOMEDIA

20.00 **Co wiecie o swoich dziadkach?** – USA 2017, 140 min

Stateczny ojciec i przebojowy ojczym pragną pokazać maluchom piękno Bożego Narodzenia. Przybycie dziadków burzy spokój. Wszyscy zapamiętają te święta.

22.20 **Plan B** – komediodramat, Polska 2018, 90 min
23.50 **Wygrać ze śmiercią** – film sensacyjny, USA 1990, 125 min
1.55 **Dziewczyny z Hollywood** (5)
2.05 **Szkoła** (737, 738)

KRYMINALNY

22.00 **Flashback** (1) – Francja 2024

Policjantka Elsa La Tellier przenosi się do roku 1944, by zapobiec zabójstwu swojego ojca, detektywa Josselina, dzięki któremu sama wstąpiła w szeregi stróżów prawa.

23.15 **Kobra – oddział specjalny** (1, 2) – serial sens., Niemcy
1.15 **Na granicy: Przepaść** – film krym., Niemcy 2022, 110 min
3.05 **Balthazar 4** (8) – serial kryminalny, Fr.
4.05 **Balthazar 5** (1, 2) – serial kryminalny, Fr.

KOMEDIA

20.00 **Pokaż, kotku, co masz w środku** – 2011, 115 min

Andrzej uprowadza Annę, którą podejrzewa o kradzież oszczędności swojego ojca. Zakochuje się w niej. Również jego brat, Zygmunt, wpada w tarapaty.

21.55 **Lokatorka** – dramat krym., 2021, 135 min
0.10 **Wszyscy jesteśmy Chrystusami** – dramat psycholog., 2006, 155 min
2.45 **Kamienne tablice** – dramat obyczajowy, 1983, 185 min

THRILLER

20.00 **Karma** – USA 2015, 115 min

Instruktorka jogi May pewnego dnia nieoczekiwanie odnajduje swoją przyrodnią siostrę, która zarabia na życie jako prostytutka. Pomaga jej uporać się z problemami.

21.55 **Za linią wroga** – film wojenny, Wielka Brytania 2020, reż. Anders Banke, wyk. Ed Westwick, 115 min
23.50 **Nieśmiertelny 2. Nowe życie** – film fantasy, Francja/Wielka Brytania/Argentyna 1991, 155 min

CINEMAX HD

12.05 **Vitrival** – komedia, Belgia 2025, 115 min
14.00 **Małe miłości** – dramat obyczajowy, Hiszpania/Francja 2024, 95 min
15.35 **Dziedzictwo Bourne'a** – film sens., 2012, 135 min
17.50 **Śniadanie na Plutonie** – komediodramat, Irlandia/Wielka Brytania 2005, reż. Neil Jordan, 130 min
20.00 **Pierwsza krowa** – western, USA 2019, reż. Kelly Reichardt, 120 min
22.00 **Cienka czerwona linia** – wojenny, 1998, 170 min
0.50 **Łokieć** – obycz., Turcja/Francja/Niem. 2024, 85 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (13, 14) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy 3** (4) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 4** (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie** (3)
16.55 **Czarna Żmija 2** (3) – kom.
17.35 **Bob kocha Abisholę** (3-5)
19.00 **Dwóch i pół 3** (11-14)
21.00 **Świat według Kiepskich** (12, 1, 2) – serial komediowy
22.30 **Co ludzie powiedzą? 4** (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie** (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija 2** (4) – kom.
0.30 **Comedy Club 2** (2) – rozr.
1.00 **Dziewczyny w wielkim mieście 5** (3, 4) – kom.

SCI FI

7.00 **Odrodzeni** (2-4) – serial s.f.
10.00 **Bibliotekarze 4** (5, 6)
11.50 **Zagubiona tożsamość** (1, 2) – serial s.f., Kan. 2010
13.40 **Grimm 5** (19, 20) – fantasy
15.30 **Bibliotekarze 4** (7, 8) – serial przyg., USA 2017
17.20 **Zagubiona tożsamość** (3, 4) – serial s.f., Kan. 2010
19.10 **Grimm 5** (21, 22) – fantasy
21.00 **Ministerstwo Czasu 4** (7, 8) – serial przyg., Hiszp.
23.30 **Psy mafii** – film kryminalny, 2016, 145 min
1.55 **Zagubiona tożsamość** (3, 4) – serial s.f., Kan. 2010
4.00 **Sanktuarium: Opowieść czarownicy 2** (2, 3)

FX HD

9.00 **Z archiwum X** (10) – s.f.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (15, 16) – krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (1, 2)
13.45 **Agenci NCIS** (21, 22)
15.35 **SkyMed** (3) – obycz., Kan.
16.30 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (17, 18) – krym.
18.20 **Z archiwum X** (11) – s.f.
19.15 **FBI 3** (13) – serial krym.
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (3, 4)
22.00 **9-1-1** (16) – serial obycz.
22.55 **Z archiwum X** (11) – s.f.
23.50 **Matlock** (11) – serial krym.
0.45 **FBI 3** (13) – serial krym.
1.40 **Agenci NCIS** (22) – sens.

FILMBOX+ ONE HD

8.35 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (4, 5)
11.00 **Panna Scarlet i komisarz 3** (1, 2) – krym.
13.10 **Poirot** (1) – serial krym.
15.15 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (6, 7)
17.50 **Panna Scarlet i komisarz 3** (3, 4) – krym.
20.00 **G.I. Jane** – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania 1997, 160 min
22.40 **Ludzkie dzieci** – dramat s.f., 2006, 130 min
0.50 **Anatomia strachu** – thriller, USA 2011, 120 min
2.50 **Przychodzą z ciemności** – horror, 2014, 125 min

ROMANCE TV HD

10.15 **Inga Lindstrom: Siła wspomnień** – dram. obycz., Niem. 2004, 110 min
12.05 **Miłosne sprawki** – kom. romant., 2022, 130 min
14.15 **Wielki powrót** – komedia, Niemcy 2011, 110 min
16.05 **Pastorka** – melodramat, Niemcy 2013, 115 min
18.00 **Stadnina w Piber** (11)
19.00 **Górski lekarz** (125)
20.00 **Weekendowi buntownicy** – komediodramat, Niemcy 2023, 135 min
22.15 **Ironia życia** – komedia, Niemcy 2024, 135 min
0.30 **Górski lekarz** (125)

CINEMAX 2 HD

14.00 **Szkarłat** – melodramat, Fr./Wł./Niem. 2022, 105 min
15.45 **Juno** – komediodramat, USA/Kanada 2007, 95 min
17.20 **Olmo** – komediodramat, USA/Meksyk 2025, 85 min
18.45 **Ave, Cezar!** – komedia, Wielka Brytania/USA/Japonia 2016, 105 min
20.30 **Grindhouse: Death Proof** – thriller, USA 2007, 115 min
22.25 **Ministerstwo Niebezpiecznych Drani** – kom. wojenna, USA/Wlk. Bryt./Turcja 2024, 120 min
0.25 **Donnie Brasco** – film kryminalny, 1997, 125 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.00 **Poirot 5** (5, 6) – serial krym.
11.15 **Zatraceni w miłości** (11, 12) – telen., Turcja 2023
13.20 **Agenci NCIS 17** (9, 10)
15.10 **Lekarze na start** (11, 12)
16.45 **Poirot 5** (7, 8) – serial krym.
19.00 **Zatraceni w miłości** (13, 14) – telen., Turcja 2023
21.00 **Joan** (5) – serial kryminalny
22.00 **Królowa węży** (7)
23.05 **Detektyw Murdoch 19** (1) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
0.00 **Zatraceni w miłości** (13, 14) – telen., Turcja 2023
1.50 **Joan** (5) – serial kryminalny
2.40 **Królowa węży** (7)
3.30 **Zatraceni w miłości** (13, 14) – telen., Turcja 2023

NOVELAS+ HD

10.00 **Cud miłości** (19) – telen.
11.00 **Otchłań namiętności** (104) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Za wszelką cenę** (74)
13.00 **Róże i grzechy** (3) – telen.
14.00 **Historia Juany** (31, 32)
16.00 **Róże i grzechy** (4) – telen.
17.00 **Za wszelką cenę** (75)
18.00 **Otchłań namiętności** (105) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Macocha** (14) – telenowela
20.00 **Cud miłości** (20) – telen.
21.00 **Historia Juany** (32)
22.00 **Róże i grzechy** (4) – telen.
23.00 **Za wszelką cenę** (75)
0.00 **Otchłań namiętności** (105) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Macocha** (14) – telenowela

FX COMEDY HD

9.10 **Simpsonowie 35** (10, 12)
10.10 **Diabli nadali 7** (18-21)
12.00 **Jim wie lepiej 6** (11, 12)
13.00 **Sposób użycia 5** (7, 8)
14.00 **Wszyscy kochają Raymonda 4** (5-8) – kom.
16.00 **Simpsonowie 35** (10, 12-14)
18.00 **Jak poznałem waszą matkę** (4-6) – serial kom.
19.30 **Współczesna rodzina 6** (7-9) – kom., USA 2014-2015
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 23** (10, 11)
22.00 **Jackass – świry w akcji** – kom., USA 2002, 105 min
23.45 **Genialna Morgane 2** (7, 8) – serial kryminalny, Fr.

FILMBOX+ HITS HD

12.20 **El camino** – dramat obyczajowy, 2008, 100 min
14.00 **Lope** – dramat biograficzny, Hiszpania/Brazylia 2010, 120 min
16.00 **Scenariusz na miłość** – komedia romantyczna, USA 2014, 120 min
18.00 **Czekając na Anyę** – dramat wojenny, Wielka Brytania/Bel. 2020, 120 min
20.00 **Portret kobiety w ogniu** – melodramat, Francja 2019, 135 min
22.15 **Olimp w ogniu** – thriller, USA 2013, 130 min
0.25 **Tajemnica Trójcy** – western, 2024, 105 min

PARAMOUNT NETWORK HD

10.30 **Star Trek 2: Gniew Khana** – film s.f., USA 1982, 150 min
13.00 **Czarodziejki 2** (11, 12)
15.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (39)
15.30 **Krokodyl Dundee 2** – komedia przyg., USA/Australia 1988, 150 min
18.00 **Wredne dziewczyny 2** – komedia, USA 2011, reż. Melanie Mayron, 120 min
20.00 **Ucieczka z Alcatraz** – film sens., 1979, 150 min
22.30 **Lodowy szlak** – film sens., USA/Kanada 2021, 120 min
0.30 **Planeta Singli. Osiem historii** (7) – serial kom.

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- **6.00 Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 3., 4. i 5. etap
- **9.30 Snooker:** Turniej German Masters – mecz finałowy: S. Murphy – J. Trump
- **11.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Bernie – bouldering kobiet i mężczyzn
- **14.00 Kolarstwo:** Tour de Suisse – 1., 2. i 5. etap
- **18.30 Cycling Show** – magazyn sportowy
- **19.00 Formuła E:** ePrix Chin – podsumowanie
- **20.00 FIA TCR World Tour:** Wyścig w Walencji
- **20.30 Racing for excellence** – mag. sportów motorowych

POLSAT SPORT 1 HD
- **6.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **9.00 Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
- **10.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **12.30 Lekkoatletyka:** World Athletics Continental Tour Gold – Hengelo 2026 Na Fanny Blankers-Koen Stadionie zobaczymy m.in. najlepsze holenderskie zawodniczki, w tym Nadine Visser.
- **15.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **17.30 Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – mecz finałowy fazy play-off

CANAL+ SPORT HD
- **8.20 Premier League Stories** (14) – magazyn piłkarski
- **9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Sevilla FC
- **11.15 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Girona FC – Atletico Madryt
- **13.30 Złota Dekada. Historia Lecha Poznań 1983-1993** (1, 2) – serial dokum.
- **15.45 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Real Madryt CF – Sevilla FC
- **18.00 Boks:** Gala w Las Vegas
- **19.00 Piłka nożna:** 2. liga hiszpańska – barażowy mecz finałowy

TVP SPORT HD
- **4.35 Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy J: Jordania – Algieria
- **7.45 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy J: Argentyna – Austria
- **9.00 Mundialowy poranek** (12) – mag.
- **10.30 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Francja – Irak
- **12.45 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy J: Jordania – Algieria
- **14.10 Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy I: Norwegia – Senegal
- **16.30 Dzień na mundialu** (12) – mag. piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
- **6.00 LaLiga Best 11** – magazyn piłkarski
- **7.45 Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki** – film dokumentalny
- **8.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – Mainz
- **10.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Barcelona – Espanyol
- **12.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Como 1907
- **14.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – Bayern
- **16.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Pisa SC – Inter
- **18.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Barcelona – Real Betis Balompie

DISCOVERY CHANNEL HD
- **7.00 Budowa na końcu świata** – serial dok.
- **8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie** – serial dok.
- **9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 6**
- **10.00 Klan z Alaski** – dok.
- **11.00 Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
- **12.00 Fani czterech kółek 16** – serial dok.
- **13.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita**
- **15.00 Złomowisko PL 5** (11) – serial dokum.
- **16.00 Gorączka złota 16**
- **17.00 Nic do zgłoszenia** (4)
- **18.00 Bracia Collins biorą się do roboty** (4)
- **19.00 Nagi instynkt przetrwania 11**

20

SNOOKER

- **21.00 Turniej German Masters** – mecz finałowy: Shaun Murphy – Judd Trump

Pora na pojedynek, w którym zostanie wyłoniony triumfator dwunastego rankingowego turnieju w sezonie 2025/2026.

- **22.00 Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 5. etap
- **23.30 Cycling Show** – magazyn sportowy
- **0.00 Snooker:** Turniej Players Championship
- **1.30 Kolarstwo górskie:** PŚ w Lenzerheide

SIATKOWKA KOBIET

- **20.00 Liga Narodów** – mecz: Kanada – Polska

Tym spotkaniem Biało-Czerwone zakończą turniej w Bangkoku. Nasze reprezentantki mogą pochwalić się trwającą od 2014 roku serią zwycięstw nad Kanadyjkami. W tym czasie Polki wygrały dziewięć spotkań. Ostatnie miało miejsce w 2023 r. Wówczas do wyłonienia zwycięzcy meczu potrzebny był tie-break.

- **22.30 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **1.00 Boks**

SPORTY WALKI

- **21.15 ONE Friday Fights 159**

Kolejna pełna emocji gala w imponującym Lumpinee Stadium w Bangkoku.

- **22.15 Boks:** BKFC Fight Night: Nashville – waga lekka: Tony Soto – Juan Carlos DeLeon
- **23.25 Premier League Stories** (45) – mag.
- **0.00 Liga+ Extra** – mag.
- **2.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Arka – Lechia Gdańsk
- **4.25 Premier League: The Big Interview** (14) – mag. piłkarski

PIŁKA NOŻNA

- **18.00 Mistrzostwa świata 2026** – LIVE – mecz grupy K: Portugalia – Uzbekistan

Drugim rywalem Cristiano Ronaldo i spółki w mundialu będzie Uzbekistan, który w tym roku debiutuje na MŚ.

- **21.50 Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy L: Anglia – Ghana
- **0.50 Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy L: Panama – Chorwacja
- **3.05 Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – studio

MAGAZYN PIŁKARSKI

- **20.00 Made in Italy** (12, 5)

Rzut oka na kluby piłkarskie od lat stanowiące wizytówkę włoskiej Serie A. Kibice zajrzą do szatni takich zespołów jak Inter Mediolan czy Udinese Calcio.

- **20.40 Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii
- **22.40 Made in Italy** (10, 9)
- **23.20 Bundesliga Special** (22, 20) – mag. piłkarski
- **0.35 Ligue 1 Show** (35)
- **1.10 Bundesliga Special** (16) – mag. piłkarski
- **1.40 Bundesliga Clubs**
- **2.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Lecce – Pisa

DOKUMENTALNY

- **21.00 Teorie spiskowe pod lupą** – USA 2026

Twórcy programu zastanawiają się, dlaczego kartele narkotykowe stale się wzbogacają mimo nieustannych wysiłków służb dążących do ich zwalczania.

- **22.00 W oku cyklonu: Łowcy burz** (1) – dok.
- **23.00 Bimbownicy 14**
- **0.00 Od samochodu do domu** – mag.
- **1.00 Hot rod wg Kindiga** (9) – serial dok., USA
- **2.00 Militaria na warsztat 5** (10) – serial dokumentalny

EUROSPORT 2 HD
- **12.30 Kolarstwo:** Tour de Suisse – 5. etap
- **14.00 Formuła E:** ePrix Chin
- **14.30 Wspinaczka:** Zawody World Series w Bernie – bouldering
- **17.30 Snooker:** Turniej German Masters – mecz finałowy: S. Murphy – J. Trump
- **19.00 Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 4. i 5. etap
- **21.30 Cycling Show** – mag.
- **22.00 Snooker:** Turniej German Masters – mecz finałowy: S. Murphy – J. Trump
- **0.00 Kolarstwo górskie:** PŚ w Lenzerheide – cross-country mężczyzn

POLSAT SPORT 2 HD
- **6.00 Tenis:** Turniej ATP w Halle
- **8.30 Tenis:** Turniej ATP w Halle
- **11.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **13.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
- **15.00 Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga: Legia Warszawa – Zastal
- **17.00 Siatkówka kobiet:** LN
- **19.00 Siatkówka plażowa:** Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie
- **21.00 Siatkówka kobiet:** LN
- **23.00 Lekkoatletyka:** World Athletics Continental Tour Gold – Hengelo 2026
- **1.00 Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- **10.00 Tenis raport** – Bad Homburg vor der Höhe
- **11.00 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – 1. i 2. runda
- **13.00 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – 1. i 2. runda
- **15.30 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – 1. i 2. runda
- **17.00 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – 1. i 2. runda
- **19.15 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – 1. i 2. runda
- **21.30 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – 1. i 2. runda
- **23.45 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – 1. i 2. runda
- **2.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lech – Piast

EXTREME CHANNEL HD
- **8.00 WWE Classic Gold**
- **9.00 World of X Games 2018**
- **10.00 AMA Motocross Series Highlights** (1)
- **11.00 X Games – Oslo** (9)
- **12.00 Liquid Edge** (2)
- **13.00 Action Sports World** (15)
- **14.00 WWE Classic Gold**
- **17.00 KPW Kombat TV** (7, 25)
- **19.00 WWE Classic Gold** (11)
- **20.00 AEW Collision 2** (2625)
- **22.00 PTW Wrestling** (2)
- **1.15 WWE Classic Gold** (12)
- **2.00 AMA Motocross Series Highlights** (1)
- **3.00 World of X Games 2018**
- **4.00 Liquid Edge** (2)
- **5.00 Action Sports World** (15)

ELEVEN SPORTS 2 HD
- **12.00 Piłka nożna:** Bayern – Wolfsburg
- **14.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – US Lecce
- **16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Heidenheim – Bayern
- **18.00 Serie A** – mag. piłkarski
- **19.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Genoa CFC – Inter Mediolan
- **21.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: FC Barcelona – Real Betis Balompie
- **23.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4) – mag.
- **0.00 Piłka nożna:** Liga francuska: PSG – Le Havre

DISCOVERY LIFE HD
- **8.15 Szpital** (506, 507)
- **10.15 Nowa Maja w ogrodzie 5** (23, 24)
- **11.15 Idealna niania 2** (1, 3)
- **12.45 Klinika bez tajemnic**
- **14.45 Szpital** (505, 506)
- **16.45 Idealna niania** (12)
- **17.30 Idealna niania 2** (1, 3, 4)
- **19.45 Klinika naturalnego piękna** (4) – reality show
- **20.15 Wycieczkowiec** (4) – serial paradok., Pol. 2024
- **21.15 Moje koszmarne stopy**
- **22.15 Historie wielkiej wagi**
- **0.15 Sekrety lekarzy** (3)
- **1.15 Szpital** (316, 317)
- **3.15 Eks-tra zmiana** (8, 1)
- **5.15 Kosmetyczne rewolucje**

POLSAT SPORT FIGHT HD
- **14.05 K.O. TV Classics** (12)
- **14.55 UFC Connected** (1) – mag.
- **15.15 Sporty walki:** UFC 267 – walka: Jan Błachowicz – Glover Teixeira
- **17.00 Boks:** Rocky Boxing Night w Sopocie: Nikodem Jeżewski – Marko Calic
- **19.30 Z archiwum ESPN** – mag.
- **20.00 Strzelnica Navala** (5, 6)
- **21.00 Sporty walki:** Babilon MMA 52 w Nowym Targu: K. Mendlewski – M. Skrzek
- **23.30 Atleci** – magazyn sportowy
- **23.55 Sporty walki:** First Step Championship 12 w Koluszkach – walka: Michał Miłek – Gabriel Ruiz

POLSAT SPORT 3 HD
- **8.30 Siatkówka plażowa:** Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie
- **11.00 Tenis:** Turniej ATP Challenger w Poznaniu
- **13.00 Siatkówka plażowa:** Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie
- **15.00 Tenis:** Turniej ATP Challenger w Poznaniu
- **17.30 Siatkówka plażowa:** Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Staszowie
- **20.00 Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – mecz finałowy fazy play-off
- **0.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów

CANAL+ SPORT 5 HD
- **12.00 Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Arged – Wilki
- **15.00 Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Bydgoszcz – ROW Rybnik
- **18.00 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
- **19.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga**
- **20.00 Żużel:** PGE Ekstraliga: Stal Gorzów – GKM Grudziądz
- **22.50 Sporty walki:** ONE Friday Fights 159
- **0.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lech – Raków
- **2.30 Premier League Stories** (45) – magazyn piłkarski
- **3.10 Przerwa techniczna**

ELEVEN SPORTS 4 HD
- **14.00 Ligue 1 Show** (33) – mag.
- **14.30 Made in Italy** (1, 2) – mag.
- **15.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4) – mag.
- **16.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Lens – OGC Nice
- **18.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – TSG 1899 Hoffenheim
- **20.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Real Oviedo
- **22.00 Serie A** – mag. piłkarski
- **23.00 Bundesliga Special**
- **0.00 Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Rio Ave FC

ELEVEN SPORTS 3 HD
- **11.25 Birds of paradise** – dok.
- **12.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Roma – Napoli
- **14.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: RCD Espanyol – Real Madryt CF
- **16.00 Made in Italy** (7, 5, 6, 4)
- **17.00 Ligue 1 Show** (36) – mag.
- **18.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: AC Milan – SS Lazio
- **20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – FC St. Pauli
- **22.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: OGC Nice – Olympique Marsylia
- **0.00 Serie A** – mag. piłkarski
- **1.00 Bundesliga Special** (12)

CANAL+ DOKUMENT HD
- **8.25 Łowcy tajemnic Bałtyku**
- **10.10 Polska z góry 4** (13) – dok.
- **10.40 Polska z góry 5** (1, 2)
- **11.40 Auschwitz. Głosy świadków** (1-5) – dok., Fr.
- **15.45 Wszystkie kolory świata** (3, 2, 4) – serial dok.
- **19.45 Cztery pory roku w Japonii** (3, 4) – dok., Jap.
- **21.40 Kule i jagody: Ukryty Holokaust** – film dokum.
- **23.20 Aborcja. Polski paradoks** – film dok., Fr.
- **0.20 Obczyzna** – film dok., Pol.
- **1.45 O co biega?** (8) – mag.
- **2.20 Zakonnice** (5, 6) – dok.
- **4.10 Łowcy tajemnic Bałtyku** (7, 8) – serial dok., Pol. 2020

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń** – serial dok.
8.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
11.00 **Inżynieria ekstremalna** – dok.
13.00 **Zoom na architekturę** (2)
15.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
15.30 **NASA: Niekończąca się podróż** – film dokum., USA 2018
17.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
18.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń** – serial dok.
19.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – dok., USA

ID HD

6.00 **Morderstwo na prowincji 6** – dok.
8.00 **Ted Bundy: Sztuka kłamstwa** – film dok., Wlk. Bryt. 2021
9.00 **Chris Watts: Sztuka kłamstwa** – film dok., Wlk. Bryt. 2021
10.00 **Pierwsza ofiara** (1, 2) – serial dok., USA
12.00 **Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć** – serial dok.
14.00 **Mroczne piętno 3**
16.00 **Żyjąc z potworem**
18.00 **Mroczne sekrety Playboya** – dok., USA
19.00 **Mroczne sekrety Playboya 2** – dok.
20.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

12.00 **Odludna wyspa** (12): Wataha – serial dok.
13.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna z Ameryką** (5) – dok.
14.00 **Tajemnice wojennych wraków** (5) – dok., Wlk. Bryt.
15.00 **Strzegąc granic** (3, 4) – serial dokum.
16.00 **Złapać przemytnika** (6) – serial dok., USA
16.55 **Koloseum** (2) – dok.
17.55 **Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu** (4) – dok., Niem. 2020
19.00 **II wojna światowa: Ukryta prawda** (1): Pearl Harbor
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (7) – serial dok.

FOKUS TV DVB-T2

9.00 **Starożytni kosmici** (6) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (9, 10) – reality show
12.00 **Apokalipsa: II wojna światowa** (5)
13.00 **Poszukiwacze historii** (6, 7) – dok.
14.00 **Czołgi: Ewolucja machiny wojennej** (9) – serial dok., Francja
15.00 **Nowoczesne maszyny wojenne** (1) – serial dokum.
16.00 **Dorwać tuńczyka 2** (5, 6) – serial dok., USA
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (34, 35) – serial dok.
20.00 **Galileo** (16)
21.00 **Zapomniane fronty II wojny światowej** (6) – serial dok., Kan.

TVP HISTORIA DVB-T2

6.10 **Był taki dzień**
6.15 **Odnaleźć zaginione** (5-8) – serial dokum.
8.30 **Czterdziestolatek** (5) – obycz., Pol. 1974
9.30 **Marzenie Leonarda. Sekrety latania**
10.35 **Skalscy. Heroiczna i chwalebna epopeja**
11.35 **Kanadyjskie parki narodowe** (5) – dok.
12.35 **Ojciec i Pasterz**
14.05 **Królowie** (42) – hist.
14.40 **Czterdziestolatek** (6) – obycz., Pol. 1974
15.35 **Sensacje XX wieku**
17.35 **Czas honoru. Powstanie** (3)
18.30 **Warchoły**
19.40 **Polskie parki narodowe** – dok., Pol.

HISTORY HD

12.10 **Gwiazdy lombardu** (20) – reality show
13.05 **Starożytni kosmici 14** (17) – dok.
14.00 **Tajemnice skute lodem 3** (10) – dok.
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (5) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 12** (48)
16.15 **Gwiazdy lombardu 24** (31)
17.10 **II wojna światowa w kolorze** (5) – dok.
18.10 **Największe tajemnice świata 5** (10) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (11) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 14** (12) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Czy jest z nami inżynier?** (1, 2)

Przegląd pomyłek inżynieryjnych. Justin Cunningham poznaje historię wieży w Glasgow. W Osace obserwuje próby zabezpieczenia lotniska przed zalaniem.

23.00 **W sieci eksperymentów**
1.00 **Jak to jest zrobione?** – dok.
1.30 **NASA: Niekończąca się podróż**
3.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
4.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Żyjąc z potworem: jak wychowałem mordercę**

Matka z niepokojem patrzy, jak jej syn ulega mrocznym siłom, które przejmują nad nim kontrolę. Zdesperowana, próbuje go ocalić, lecz sytuacja staje się napięta.

22.00 **Demony Hollywood 2** – dok.
0.00 **Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2** (2) – serial dokumentalny
1.00 **Żyjąc z potworem: jak wychowałem mordercę** – dok., USA

DOKUMENTALNY

21.00 **UFO: Przełomowe śledztwa** (6)

Eksploracja przestrzeni powietrznej i oceanów motywowana jest pragnieniem znalezienia odpowiedzi na pytanie, czy obcy istnieją.

22.00 **CIA: Tajemnice i szpiedzy** (1): Marti Peterson – dok.
23.00 **Katastrofy pod lupą** (2) – serial dokum.
0.00 **Katastrofa w przestworzach** (1)
1.00 **Odludna wyspa** (6)
2.00 **Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy** (1) – dok., Kan.

DOKUMENTALNY

22.00 **Czołgi: Ewolucja machiny wojennej** (1, 2) – Francja 2021

Do połowy I wojny Francuzi byli prekursorami w konstruowaniu czołgów. Schneider CA1 i Saint-Chamont M16 to pierwsze maszyny, które wykorzystano w walkach na froncie zachodnim.

0.00 **Starożytni kosmici** (10) – serial dok., USA 2010
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (21-24) – serial dokumentalny, Polska
5.00 **Kołowrotek** (4, 5) – magazyn wędkarski

SENSACYJNY

20.15 **Ekstradycja 3** (9) – Polska 1998

Ćma, wstrząśnięta artykułem o Olgierdzie, postanawia obserwować skorumpowanego ministra. Po powrocie do zdrowia komisarz ponownie odwiedza dom dziecka.

21.20 **Brytyjskie odliczanie do wojny** (2) – film dokum., Wielka Brytania 2021
22.20 **Islandia: na granicy zimnej wojny** (2)
23.20 **Sensacje XX wieku** (1, 2) – program hist.
1.30 **Encyklopedia II wojny światowej** (1)

DOKUMENTALNY

21.00 **Tom Hanks: II wojna światowa** (9, 10)

Podczas gdy na frontach trwają krwawe starcia, w cieniu działa siła wywiadu. Na angielskiej wsi zespół wybitnych matematyków próbuje rozszyfrować niemiecką Enigmę.

23.00 **II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty** (1) – dok.
23.55 **Jak to wyjaśnić? 4** (14) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 14** (12) – dok.
1.50 **II wojna światowa w kolorze** (5) – dok.

20

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Na ratunek starociom**
9.00 **Brudne skarby** – dok.
11.00 **Wyprawa w nieznane**
13.00 **Skarby z szopy** (8, 9)
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (12, 13) – dok.
16.00 **Skarby z szopy** (10, 11)
17.00 **Militaria na warsztat**
18.00 **Muzealne tajemnice**
20.00 **Królestwo dinozaurów**
22.00 **Wielki szwindel** – dok.
23.00 **Legendarne miejscówki**
0.00 **Wyprawa w nieznane**
2.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
3.00 **Europa filmowa** (7) – dok.
4.00 **Seryjni mordercy**
5.00 **Łowcy staroci** (9) – dok.

PLANETE+ HD

12.35 **Sekretne życie fok** – dok.
13.50 **Krajobrazy świata** (7)
14.50 **Najpiękniejsze rzeki świata 2** (2) – serial dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 7** (4) – serial dok., Fr.
16.55 **360° Świat bez granic**
17.55 **Dokąd dzisiaj? 4** (39, 40)
18.35 **1942. Długi rok przełomu** (2) – serial dok.
19.45 **First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj**
20.50 **Apokalipsa, plan B** – dok.
22.00 **W poszukiwaniu 9. planety** – film dok., Fr.
23.10 **Planeta Seks** (6) – dok.
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 7** (5) – serial dok., Fr.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 **Niezwykłe wędrówki zwierząt** (3) – serial dok.
9.00 **Niezwykły dr Pol** (19, 12)
12.00 **Najdziwniejsze gatunki**
13.00 **Katavi – utracony raj Afryki** (2) – serial dokum.
14.00 **Małpie wojny** – film dok.
15.00 **Walki zwierząt** (2) – dok.
16.00 **Dzika Missisipi** (2) – film przyrodniczy, USA 2011
17.00 **Zwierzęta parków narodowych USA** – dok.
18.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (1) – dok.
19.00 **Królestwo drapieżników** (1) – dok.
20.00 **Niszczycielskie żywioły**
21.00 **Niezwykły dr Pol**

POLSAT VIASAT NATURE HD

12.30 **Płetwale błękitne: powrót olbrzymów**
13.25 **Sekrety wodnych krain**
14.25 **Pantanal – cud brazylijskiej przyrody**
15.30 **Najbardziej znane zwierzęta Afryki** (2)
16.30 **Wełtawa: złota rzeka**
17.40 **Zwierzęta: maszyny doskonałe 2** (2) – dok.
18.50 **Zabójcza pogoda 2** (3)
19.50 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu** (5) – serial dok.
21.00 **Wielkie rekiny z Australii** – dok., Australia
22.05 **Sekrety wodnych krain**
23.15 **Zabójcza pogoda 2** (4)
0.20 **Olbrzymy** (5) – serial dok.

BBC EARTH HD

13.20 **Serengeti 3** (6) – dok.
14.30 **W okowach mrozu 2** (16)
15.30 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (3) – serial dok.
16.30 **Juliusz Cezar: narodziny dyktatora** (3) – serial dok.
17.40 **Azja** (3) – serial dok., 2024
18.45 **Malownicze trasy kolejowe** (6) – serial dok.
19.45 **Wielkie koty 24/7 2** (6)
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (4) – serial dok.
21.55 **W okowach mrozu 2** (17)
22.55 **Superchirurdzy: szansa na życie 2** (1) – serial dok.
0.00 **Walka z HIV w Ameryce** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
1.05 **Azja** (3) – serial dok., 2024

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Mój przyjaciel grizzly** – serial dokumentalny, USA
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Cuda z drewna** – dok.
20.00 **Alaska: Ostatni przystanek** – serial dok.
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
0.00 **Michael Phelps kontra rekiny** – film dokum.

TVP DOKUMENT HD

13.45 **Wyspy Kanaryjskie** (1)
14.50 **Kalendarz przyrody** (12)
15.50 **Dobre wieści z planety Ziemia** (3) – cykl dokum.
16.50 **Rzymski geniusz w 3D**
17.55 **Sanatorium miłości 3** (3)
18.55 **Anna Krepsztul** – dok.
20.05 **Laos – echa spokojności** – film dokum., Niemcy 2023
21.00 **Pszczeli dylemat – profity czy ochrona gatunku** – dok., Szwajcaria
22.05 **Zagadki zbrodni policji miejskiej** (2) – serial dok.
23.15 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.20 **Rakka, cień ISIS** – dok., Fr.
0.30 **Sanatorium miłości 3** (2)

POLSAT DOKU HD

12.10 **Wojny kontenerowe 2**
13.15 **Poszukiwacze historii**
14.10 **Poza kontrolą. Katastrofa na dworcu w Paryżu** – film dok., Fr.
15.20 **Poszukiwacze historii**
15.50 **Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności**
16.50 **Sekrety Biblii** (3) – dok.
17.45 **Świat z góry. Parki narodowe** (3) – serial dok.
18.50 **Świat z góry. Jedwabny Szlak** (2) – dok., Singapur
20.00 **Maszyny bojowe** (5, 6)
22.00 **Top Guns – SuperBroń**
22.55 **Fabryki wojny** (4) – dok.
23.55 **Kroniki Hitlera** (10) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

14.10 **Australijscy poszukiwacze złota 4**
16.10 **Drewno z Kolumbii Brytyjskiej** (8) – dok., Kan.
17.05 **Kowboje z zimnych wód** (8) – serial dokum.
18.00 **Klątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 2** (2)
19.00 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
21.00 **Złoto Jukonu 4** (6) – dok.
22.00 **Ciężarówką po lepsze życie** (1) – serial dokum.
23.00 **Nago, samotnie i do domu daleko** (4)
0.00 **Poszukiwacze klejnotów: Australia** (3)

POLSAT VIASAT HISTORY HD

13.20 **Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty** (4) – dok., Fr.
14.30 **Naziści: korzenie zła**
16.30 **Cesarz: powstanie i upadek dynastii** (2)
17.30 **II wojna światowa: cena imperium** (8) – serial dok.
18.35 **II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie** (2) – serial dok.
19.50 **Ciemna strona starożytnej Grecji** (4)
21.00 **DNA Hitlera: geny dyktatora** (1, 2) – dok.
23.05 **Wielkie budowle Rzymian** (2) – dok., Francja
0.15 **II wojna światowa: cena imperium** (8) – serial dok.

CI POLSAT HD

17.00 **Morderstwo czy wypadek? 3** (17) – dok.
18.00 **Cała prawda o zbrodni**
19.00 **Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach** (2) – dok.
20.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (7) – dok.
21.00 **Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach** (1) – dok.
22.00 **Seryjni mordercy: zło z bliska** (1) – serial dokum.
23.00 **Sędzia Rinder: zbrodnia, której nie da się zapomnieć** (1) – serial dok.
23.55 **Szokujące morderstwa: Atlanta** (5) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Człowiek kontra jedzenie** (15, 17-19) – mag.
10.10 **Brazylijskie uczty uliczne z Andym Batesem** (3-6) – serial dok.
12.15 **Małżeństwo w dżungli**
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (26) – mag. kulin.
14.55 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** (5-8)
17.00 **Wyprawa w nieznane**
19.00 **Aloha, nowy dom!** (5, 6)
21.00 **Nagi instynkt przetrwania** (7, 8) – dok.
23.35 **Kobieta na krańcu świata** (5-7) – serial dok.
1.20 **Małżeństwo w dżungli**
3.25 **Wyprawa w nieznane**

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

15.00 Myśliciele – sylwetki polskie
15.10 To działa. Polskie innowacje bez granic (4) – dok.
16.00 Zaraz wracam 2 (100) – serial obycz.
16.30 Barwy szczęścia (3329) – serial obycz.
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1046)
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Oko na Wschód
18.45 Info Wilno (1876)
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny (119)
19.10 Festiwal Zaczarowanej Piosenki – koncert finałowy (2) – koncert

TVP ROZRYWKA

6.40 Gra słów. Krzyżówka (1125)
7.10 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
8.20 Familiada – telet.
8.55 Va banque (928)
9.25 Koło fortuny (2033)
10.05 Makłowicz w podróży – mag.
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – telet.
13.15 Matki, żony i kochanki (8) – serial obyczajowy, Pol. 1995
14.15 Rodzinka.pl (183, 184) – kom., Pol.
15.25 Kabaret Letnią Porą (3, 4) – pr. rozrywk.
17.25 Va banque (929)
18.00 Koło fortuny (2034)
18.35 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki (45, 46) – serial obyczajowy, Polska 2014
8.00 Co ludzie powiedzą (31, 32) – serial kom., Wielka Brytania 1995
9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (25, 26) – reality show
12.30 Bogaty dom – biedny dom (117, 118) – reality show, Polska
14.30 Kolacja w ciemno (58, 59) – program rozrywkowy
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (37) – reality show
18.00 Nasz nowy dom (294, 295) – reality show, Polska

TV 4 DVB-T2

6.00 Strażnik Teksasu (8, 9) – serial sens.
7.55 Bogaty dom – biedny dom (138)
8.55 Policjantki i Policjanci (484, 485) – serial obycz., Polska
10.55 Na ratunek 112 (1142, 1143) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1571, 1572) – paradok.
13.55 Trudne sprawy (912-914) – paradok.
16.55 Policjantki i Policjanci (1386) – serial obycz., Polska
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (481) – reality show
19.00 Policjantki i Policjanci (1387) – serial obycz., Polska

TTV HD DVB-T2

8.30 Kartoteka 11 (3, 4)
10.35 Detektywi (1, 2)
12.35 Zakup w ciemno 3 (32) – reality show
13.35 Zakup w ciemno 4 (31) – reality show
14.35 Nic do ukrycia (10)
15.35 Złomowisko PL 4
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 17 (4)
18.05 Zakup w ciemno extra (31)
18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 5 (3) – rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 7 (26) – reality show
21.05 Zakup w ciemno extra (24)
21.45 Express – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4) – reality show
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 8 (6) – fab.-dok.
6.45 Poukładani (6-ost., 5) – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Ugotowani (10, 11) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 Kuchenne rewolucje (9, 8)
15.35 Jestem z Polski 14 (13) – serial dokum.
16.35 Jestem z Polski 16 (10) – serial dokum.
17.40 Kuchenne rewolucje (11-13) – program rozrywkowy
20.50 Ostre cięcie (1) – program rozrywkowy

20

FANTASY

20.50 Wiedźmin (4) – Polska 2001-2002

Kolejnym zadaniem Geralta jest zlikwidowanie bazyliszka. Podczas tej trudnej misji wiedźmin zaprzyjaźnia się z rycerzem Borchem.

21.45 Ojciec Mateusz 2 (23) – serial kryminalny, Polska 2009
22.40 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (7) – pr. rozr.
23.15 Dziennik regionów
23.40 Wszystkie role Stanisława Barei
0.30 Polacy światu

MAGAZYN KULINARNY

19.40 Makłowicz w podróży

Kucharz zwiedza południową Chorwację. Jego trasa wiedzie przez półwysep Pelješac. W osadzie rybackiej Loviste restaurator zaprasza go na degustację sałatki.

20.15 Postaw na milion
21.10 Kabaret Letnią Porą (30) – pr. rozrywk.
22.15 Rodzinka.pl (49) – serial kom., Pol. 2011
22.50 Tak to leciało! (61)
23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (3)
0.50 Koło fortuny (2034, 2028) – telet.

DOKUMENTALNY

20.00 Najpiękniejsze domy na wsi (6)

Odnowiona pomennonicka chatka w Plajnach harmonijnie łączy przeszłość z teraźniejszością. Na Mazurach zaś Marta i Tomek odkryli miłość do pszczelarstwa.

21.00 Rolniczki (12) – dok.
22.00 Bogaty dom – biedny dom (158)
23.00 Gry małżeńskie (124, 125)
1.00 Kolacja w ciemno (59, 60) – pr. rozrywk.
3.05 Więzienie kobiet (90, 91) – serial dokum.
4.00 Zdrady (125, 126)

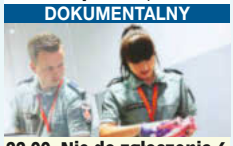
KRYMINALNY

20.00 Uroczysko (183, 184) – Polska 2025

Policjanci prowadzą śledztwo w gospodarstwie, które służy za plener rzeźbiarski. W stodole znaleziono ciało mężczyzny z przebitym sercem.

21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (118)
22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1001)
23.05 Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 165 min
1.50 Love Island. Wyspa miłości (18)

DOKUMENTALNY



22.00 Nic do zgłoszenia 6 (6) – Polska 2025

W Medyce funkcjonariusze zatrzymują podróżną, która ma przy sobie dolary i euro o wartości 1,3 mln złotych. To jedno z największych ujawnień w historii.

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (2)
0.00 Fachowcy 2 (9) – serial paradokum.
0.45 Żony Podlasia 3 (4)
1.45 Niebezpieczne dzielnice (3) – dok.
2.25 Nauka jazdy 5 (5)
3.00 Szpital (922)
4.00 Szkoła (804)

DOKUMENTALNY

21.50 Jestem z Polski 14 (7) – Polska 2024

Mieszkająca w Paryżu Basia oprowadza ekipę po najstarszej dzielnicy tego miasta i próbuje lokalnych specjałów. Ujawnia również, jaki styl preferują Paryżanki.

22.50 Jestem z Polski (1) – serial dok., Pol. 2023
23.45 Hotel Paradise 6 (7, 8) – reality show
1.45 Śluby marzeń (2) – program rozrywkowy
2.45 Co nas truje (10, 11) – program rozrywkowy
4.20 Zrób coś z tym dzieckiem (11)

TVP HD HD

8.55 Ojciec Mateusz 18 (234, 235) – krym., Pol. 2017
10.45 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale (623, 624)
12.25 Ojciec Mateusz 5 (62)
13.20 Komisarz Alex 2 (26)
14.15 Ranczo 4 (51, 52) – obycz.
16.10 Górna półka smaku (15)
16.40 Przystanek slow food 3
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 24 (304)
19.20 Ranczo 5 (64) – obycz., Pol.
20.10 Rodzinka.pl (269, 270)
21.25 Ojciec Mateusz 33 (431)
22.20 Morderstwa w Cognac FILM – krym., Fr. 2020, 105 min
0.05 Syn (4) – serial obyczajowy

TVS HD

15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział
16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria
17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział – obycz., Niemcy/Austria
18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.
19.50 Rosamunde Pilcher: FILM **Synowe** – film obycz., Niemcy 2019, 120 min
21.50 Rosamunde Pilcher: FILM **Kiedy cię odnajdę** – film obyczajowy, Niemcy 2023, reż. Marc Prill, 105 min
23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

ZOOM HD

8.00 Strażnik Teksasu 8 (22, 23) – serial sensacyjny
9.50 MacGyver 2 (15, 16)
11.55 Pułapki umysłu (3, 4)
13.00 Wojny magazynowe: Kanada (34, 35)
14.10 Pod pokładem 11 (11)
15.30 Sensacje XX wieku
17.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
20.00 Kobra – oddział specjalny 23 (9, 10) – sens.
22.00 Pod pokładem 11 (12)
23.00 Magia nagości. Polska 4
0.05 Magia nagości 5 (4) – rozr.
1.20 Magia nagości. Niemcy
2.25 Kabaretowe przeboje 2
4.30 Kabaretowe przeboje (3)

TLC HD

13.00 Niepokonani (7, 8) – dok.
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Pokonać otyłość (5)
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3
20.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 (8) – serial dok.
21.00 Rodzina 10+ 8 (10) – rozr.
22.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7 (10) – serial dok.
23.00 Transplantacja: drugie życie – serial dokum.
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy
1.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 (8) – serial dok.

C+ KUCHNIA HD

14.50 Włoskie życie Sophie Grigson 2 (4, 5) – dok.
15.40 Letnie inspiracje (3)
15.50 Z pola na stół (2, 3) – dok.
16.40 Jamie Oliver: gotuj sezonowo (3) – mag. kulin.
17.35 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (2) – dok.
18.30 Azjatycka kuchnia Evy Pau (6) – magazyn kulin.
18.55 M jak mięso 5 (2) – dok.
19.25 M jak mięso 7 (1, 2) – dok.
20.15 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia (5) – program rozrywkowy
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 12
0.10 David w Europie (4)

TVN TURBO HD

10.15 Złomowisko PL 9 (4, 5)
12.15 Naprawy nie do naprawy (7) – mag.
13.00 Zawodowi handlarze
14.30 Wojny samochodowe
16.30 Jeździć, obserwować
18.00 Raport Turbo – mag. inf.
18.15 Z drugiej ręki (9) – mag.
19.00 Duda kontra Szafrański
19.45 Moto Fachury (5) – mag.
20.30 Moto kombat (5) – mag.
21.15 Jeździć, obserwować (1)
22.00 Raport Turbo – mag. inf.
22.15 Naprawy nie do naprawy (2) – mag.
23.00 Zawodowi handlarze
0.25 Usterka 16 (9) – fab.-dok.
0.55 Wojny samochodowe

NOWA TV DVB-T

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (6) – kom., Pol.
10.00 Miodowe lata (5) – kom.
10.30 Więzienie (110) – dok., Pol.
11.00 Poirot 10 – serial krym.
13.00 Poirot 11 – serial krym.
15.00 Świat według Bundych 7 (139-144)
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (3) – kom., Pol.
18.30 Miodowe lata (114-116)
21.00 Zdrady (120) – paradok.
22.00 Ślad (31, 32, 96) – krym.
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (67, 68)
3.50 Wehikuł czasu (623, 622)
4.00 Sala operacyjna (10, 9)
5.00 Pod lupą (8, 9) – magazyn

METRO

8.30 Szpital (764, 765)
10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (333, 334)
12.30 Szkoła (707) – paradok.
13.30 Brzydula (9, 10) – kom.
14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (4) – serial obycz.
15.45 The Floor (3, 4) – telet.
17.00 Fani czterech kółek 17
18.00 Prawo Agaty 6 (6)
19.00 Kartoteka (1, 2) – fab.-dok.
21.05 Kryminalni (13) – krym.
22.10 Kryminalni 2 (1) – krym.
23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (1) – krym.
0.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (5) – dok.
1.20 Szpital (757) – paradok.

ANTENA HD DVB-T2

11.55 Klątwa Wyspy Dębów 6
13.50 Australijscy poszukiwacze złota 8
15.50 Wojny kontenerowe
16.50 77 TV 5 (11, 15) – pr. rozr.
18.50 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (6) – serial kryminalny
20.00 Alex Hugo – górski detektyw (2) – serial krym.
22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (4) – serial kryminalny
23.15 Detektywi z Bordeaux 4 (3) – serial krym., Fr./Belgia
0.30 Polska. Największe tajemnice (2) – pr. rozr.
1.35 Celnicy 3 (1, 2) – dok.

WP DVB-T

13.00 Makłowicz w podróży
14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (12-14) – dok.
16.50 Pogoda
17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 2 (4)
19.00 Policjanci z sąsiedztwa 8 (6) – dok.
20.00 Policjanci w akcji (6)
21.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (1) – dok.
21.55 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 2
23.00 Mistrzowie Kabaretu 13 (3) – program rozrywkowy
0.00 Mistrzowie Kabaretu 8
1.00 Mistrzowie Kabaretu 16 (7) – program rozrywkowy

C+ DOMO HD

10.55 Wielkie projekty: Australia 10 (6) – dok.
11.55 Generalna odbudowa 2
12.50 Gardeners' World 16 (25)
14.05 Cudotwórcy 7 (19) – mag.
15.00 Kupcie sobie zamek! 2
15.55 Porządek musi być (3, 4)
16.50 Gardeners' World 16 (28)
18.00 Ucieczka na wieś 22 (1)
18.55 Wielkie projekty: Australia 10 (8) – dok.
20.00 Daleko od miasta 14
21.00 Cudotwórcy 7 (20) – mag.
21.55 Wielkie projekty: Australia 10 (2) – dok.
22.50 Wakacyjne domy na wynajem (5, 6) – dok.
0.45 Generalna odbudowa 2

HGTV HD

11.05 Zarobić na remoncie 9
11.36 Usterka 11 (27, 28)
13.05 Zbudujemy fajny dom 2
14.00 Zbudujemy fajny dom (4)
15.00 Mieszkanie na miarę
17.00 Polowanie na ogród 6
18.10 Będzie pięknie (6) – rozr.
19.05 Zgłoś remont 4 (2) – rozr.
20.05 Dorota inspiruje 3 (2)
21.00 Dorota was urządzi!
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 3 (9, 10) – pr. rozr.
23.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 5 (1, 2) – pr. rozr.
0.40 Kupujemy dom na plaży 28 (2, 3) – dok.

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (287) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (903, 904) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (348-350) – serial paradokum., Pol. 2023
11.30 **Trudne sprawy** (938) – serial paradokum.
12.30 **Dlaczego ja?** (1506, 1507) – serial paradokum.
14.30 **Świat według Kiepskich** (474-478) – serial kom., Pol. 2015
17.00 **48h. Zaginieni** (133, 134) – serial kryminalny, Pol. 2022
19.00 **Gliniarze** (984) – serial paradokum.

KRYMINALNY

20.00 **Ślad** (60) – Polska 2019

Śledczy badają sprawę śmierci Goławskiego. Przed laty jego zeznania pomogły w schwytaniu seryjnego gwałciciela, który niedawno wyszedł z więzienia.

21.00 **Gliniarze** (779)
22.00 **Łowca pedofilów** (166) – serial dokum.
23.00 **Świat według Kiepskich** (341, 342)
0.00 **Ślad** (110) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (3)
2.05 **Wydarzenia**
2.50 **Ewa gotuje** (536)
3.20 **Śluby gwiazd** (26)

SUPER POLSAT DVB-T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (55) – magazyn
7.00 **Na ratunek 112** (688, 689) – paradok.
8.00 **Doktor Martin** (33, 34) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperLudzie 2** (23, 24) – serial dok.
11.30 **Świat według Kiepskich** (411-414)
13.30 **Bitwa o palety** (16)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6** (54)
16.00 **Ninja Warrior Polska** (24)
17.55 **Świat według Kiepskich** (489, 490, 532, 533)
20.00 **Złomiarze** (46) – dok.

KOMEDIA

21.00 **Duże dzieci** – USA
FILM 2010, 125 min

Lenny i jego przyjaciele z dzieciństwa spotykają się po latach na pogrzebie trenera. Mężowie i ojcowie postanawiają raz jeszcze oddać się szalonej zabawie.

23.05 **Ostrożnie**
FILM **z dziewczynami** – komedia romant., USA 2002, 115 min
1.00 **Świat według Kiepskich** (492, 323-327) – kom.
4.00 **Nasz nowy dom** (221, 222) – reality show, Polska 2021

TV 6 DVB-T

6.00 **Więzienie** (208, 209) – serial dokumentalny, Polska 2025
6.55 **Policjantki i Policjanci** (683, 684) – serial obyczajowy, Polska 2020
8.50 **Kobra – oddział specjalny** (2, 3) – serial sensacyjny, Niemcy 1996
10.55 **48h. Zaginieni** (109-111) – serial kryminalny, Polska 2022
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1187) – serial obyczajowy, Polska 2024
14.55 **Uroczysko** (19, 20) – serial kryminalny, Polska 2023-2024

SENSACYJNY

15.55 **Kobra – oddział specjalny** (4, 5)

Ingo Fischer ginie podczas akcji. Szefowa Franka Stolte przydziela mu nowego partnera – Semira. Razem współpracują przy sprawie kradzieży samochodów.

18.00 **Strażnik Teksasu** (10, 11) – serial sens.
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (179, 180)
22.00 **Czarna lista** (14)
23.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (693, 694) – krym., Pol.

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a 2** (1) – krym.
6.55 **Śledztwa siostry Bonifacji 2** (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 2023
8.50 **Lewis 3** (6) – krym.
9.45 **Ojciec Brown 13** (2) – krym., Wlk. Bryt. 2026
10.40 **Śmierć pod palmami 14** (4)
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 2** (1) – krym.
12.55 **Śledztwa siostry Bonifacji 2** (3, 4)
15.00 **Ojciec Brown 6** (6) – krym., Wlk. Bryt. 2018
16.00 **Lewis 3** (6) – krym.
17.00 **My Life is Murder** (10) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 19** (4) – serial kryminalny

KRYMINALNY

19.50 **Śmierć pod palmami 14** (5)

Mervin i jego koledzy z pracy zamierzają obejrzeć mecz piłki nożnej kobiet. Jedna z zawodniczek zostaje postrzelona, co prowadzi do przerwania rozgrywek.

21.00 **Harry Wild 4** (3)
22.00 **Luther 4** (1, 2) – krym.
0.15 **McDonald i Dodds** (2) – serial kryminalny
2.00 **Śmierć pod palmami 14** (5)
3.10 **Morderstwa w Midsomer 19** (4)
4.40 **Moja rodzinka** (7)
5.10 **Ojciec Brown 13** (2)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB-T2

9.30 **Domisie** – dla dzieci
9.55 **Figu Migu na planecie Czochras** (12)
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat**
10.45 **Pamiętnik Florki**
11.05 **Małe i duże przygody Miffy** (37)
11.20 **Świnka Peppa**
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam** (14, 15)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Halo, halo!** (77)
13.00 **Zagadki zwierzogromadki** (13) – mag. dla dzieci
13.20 **Pszczółka Maja** (44)
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**
14.30 **Świnka Peppa 8**
14.45 **Kid Lucky** (21, 22)

MAGAZYN

15.15 **Al-chemik** (38)

Między Bartłomiejem a Mirmiłem dochodzi do nieporozumienia. Al przeprowadza eksperyment i zmienia miedziane monety w złoto. Profesor Stożek blokuje przejście do innego wymiaru.

15.35 **Bella i Sebastian**
16.05 **Krecio** (5, 6) – anim.
16.35 **Rev i Roll** (21, 22)
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik** (7, 8)
18.00 **Kucharz Shane**
18.25 **Leo da Vinci 2**
19.00 **Tyciaki**
19.20 **44 Koty**
19.45 **Bazgrolinka**

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
7.30 **Rozmowa Piaseckiego** – publ.
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu** – program inform.

PUBLICYSTYCZNY

18.00 **Tak jest**

Andrzej Morozowski podsumowuje informacje dnia, a także zaprasza gości, z którymi dyskutuje o bieżących problemach w Polsce.

19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach** – program inform.
20.00 **Kropka nad i** – publ.
20.30 **Czarno na białym**
21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.27 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.20 **Kropka nad i** – publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (8-10)
9.00 **Wojny magazynowe**
10.00 **Wojny kontenerowe**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.10 **Polacy za granicą**
16.10 **Złomiarze** (11, 12) – dok.
18.20 **Poszukiwacze historii** (125-128) – serial dokum.
20.15 **Gestapo. Policja terroru** – film dok., Francja 2022
21.35 **Tajna historia XX wieku** (44) – serial dokum., Polska
22.00 **Poszukiwacze historii** (250) – serial dokumentalny
22.30 **Kołowrotek** (232) – mag.
23.05 **Wakacje z Bałtykiem** (46-55) – serial dokum., Pol.
4.05 **Starożytni kosmici**

FOOD NETWORK HD

8.20 **Kuchenne rewolucje** (5)
9.20 **Co nas truje** (1-3) – rozr.
11.35 **Człowiek kontra jedzenie** (22-24) – mag.
13.05 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi**
14.05 **Akcja: Restauracja!** (5)
15.05 **Pojedynek na grille** (2)
16.05 **Kuchenne rewolucje** (11)
17.05 **Odkrycia Magdy Gessler** (2) – magazyn kulinarny
17.35 **MasterChef** (7) – pr. rozr.
19.05 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (7)
20.05 **Bójka na plaży** (5) – dok.
21.05 **24/24** (1) – maraton kulin.
23.10 **Akcja: Restauracja!** (4)
0.10 **Człowiek kontra jedzenie** (10-12) – mag.

POLSAT RODZINA HD

9.30 **Jeźdźcy smoków: Obrońcy Berk** – anim.
10.25 **Sąsiedzi** (22) – serial anim.
10.35 **Świat z góry. Izrael** (2)
11.35 **Bogaty dom – biedny dom** (113) – reality show
12.35 **Rodzina zastępcza** (197, 198) – kom., Pol. 2005
14.35 **Niezwykłe konstrukcje**
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (28-31)
19.00 **Rodzina zastępcza** (295)
20.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (12, 13) – kom.
21.05 **Miodowe lata** (86) – kom.
21.55 **Nasz nowy dom**
23.50 **Nieznane zdjęcia Hitlera** (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt.

BBC LIFESTYLE HD

11.00 **Wielkie brytyjskie wypieki 12** (2, 3) – pr. rozr.
13.40 **Wielkie projekty: Dom Roku 7** (1) – pr. rozrywk.
14.40 **Mistrzowie szycia 11** (4)
15.35 **Zapraszam do stołu 22**
17.45 **Najpiękniejsze domy: Nowa Zelandia** (3) – rozr.
18.50 **Mistrzowie ceramiki 3**
19.45 **Wielkie brytyjskie wypieki 12** (4) – pr. rozr.
21.00 **Koreańska uczta Eda i Ryu** (3) – dok., Wlk. Bryt.
22.00 **Spice Girls: rewolucja Girl Power** (3) – film dok.
23.00 **Wstydliwe choroby** (1)
0.00 **Wielkie taneczne show 20** (21, 22) – pr. rozr.

NICK JR. HD

16.10 **Małe Królestwo Bena i Holly** (18) – serial anim.
16.40 **Psi Patrol 6** (14) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa 4** (9)
17.30 **Pan Krokodyl** (2) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (11) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (9) – anim., Wlk. Bryt./Dania
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (12)
19.25 **Przygody Misia Paddingtona** (8, 12)
20.00 **Świnka Peppa 3** (11-15)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (23) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (6, 8, 9) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB-T2

13.00 **Na dobre i na złe** (571)
13.55 **Książ. Klucz do Śląska**
15.00 **Rosół polski** (28) – mag.
15.30 **Ojciec Mateusz 33** (423, 424) – krym., Pol. 2025
17.25 **Wyspy Kanaryjskie** (2)
18.30 **Lato z Radiem i Telewizją Polską**
19.30 **Miłość i nadzieja** (283)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (264) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (258) – obycz.
22.30 **Pojedynek na głosy**
FILM – komediodramat, Wielka Brytania 2019, 120 min
0.30 **Tańcząca ze światem – Oman** (2) – magazyn

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (10, 11)
14.20 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (6) – pr. rozr.
16.10 **Plastyczna fuszerka** (3)
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (3, 4)
20.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (7, 8) – rozr.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (10, 11)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB-T

17.30 **24. Międzynarodowy Rajd Katyński**
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.30 **Każdy maluch to potrafi**
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Kapelani Golgoty Wschodu** (2) – film dokum.

BBC BRIT HD

10.30 **Warsztat Hammonda 4**
11.30 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (8) – serial dok.
12.40 **Top Gear 6** (8) – mag.
13.35 **Warsztat Hammonda 4**
14.35 **Cuda inżynierii 5** (16)
15.40 **Najsłabsze ogniwo** (7)
16.45 **Niezwykłe hotele bez tajemnic 6** (8) – serial dok.
17.50 **Top Gear 6** (9) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 5** (16)
20.00 **Narodziny miliarderów** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
21.00 **Cuda inżynierii kolejowej** (1) – serial dok.
22.00 **Ikony motoryzacji 2** (3)
23.00 **Top Gear 6** (8) – mag.
0.05 **Najsłabsze ogniwo** (7)

MINI MINI+ HD

15.36 **Jeżyk Happy** (17, 18)
15.55 **Mały Charlie** (6) – anim.
16.05 **Mega Ekspres** (11, 12)
16.30 **Ciekawski George** (4)
17.00 **Strażak Sam 16** (7, 8)
17.25 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.56 **Smerfy** (24) – serial anim.
18.25 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia** (1, 2) – serial anim., Japonia
18.50 **Baczne oczka** (12, 13)
19.05 **Kicia Kocia 2** (13, 1)
19.25 **Mały Charlie** (6) – anim.
19.36 **Jeżyk Happy** (17, 18)
19.52 **Basia 2** (3) – serial anim.
20.05 **Wierszyki domowe**
20.35 **Dolina Muminków 2** (4)

TVP 3 DVB-T2

12.30 **Rączka gotuje**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Bez retuszu**
14.20 **Poznaj region**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia**
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (179) – serial obycz., Turcja 2022

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

Warto zobaczyć

12.05 TVP KULTURA
Duże zwierzę
OBYCZAJOWY Państwo Sawiccy cieszą się szacunkiem sąsiadów. To się zmienia w dniu, kiedy Zygmunt wychodzi na spacer z wielbłądem. *Reż.: Jerzy Stuhr, A: Jerzy Stuhr, Anna Dymna, Dominika Bednarczyk Polska 2000* **90 min ▶ do godz. 13.35**

12.30 FILMBOX+ HITS
Niewygodna prawda
THRILLER Libby uczestniczyła w misji, która pochłonęła życie wielu ludzi. Zagraża jej dawna przełożona, która obawia się ujawnienia prawdy. *Reż.: Joe Chappelle, A: Jamie Lee Curtis, Tika Sumpter, Ben Tavassoli USA 2018* **115 min ▶ do godz. 14.25**

13.50 ALE KINO+
Minari
OBYCZAJOWY Koreańczyk Jakob przybył do USA w poszukiwaniu lepszego życia. Przenosi się do Arkansas, by założyć farmę. Wpada w kłopoty. *Reż.: Lee Isaac Chung, A: Steven Yeun, Yuh-Jung Youn, Yeri Han, Alan Kim USA 2020* **140 min ▶ do godz. 16.10**

14.55 KINO POLSKA
Piłsudski
BIOGRAFICZNY Józef Piłsudski obejmuje dowództwo nad podziemiem niepodległościowym. By osiągnąć cel, posuwa się m.in. do zamachów. *Reż.: Michał Rosa, A: Borys Szyc, Magdalena Boczarska, Maria Dębska Polska 2019* **135 min ▶ do godz. 17.10**

17.55 WARNER TV
Facet z ogłoszenia
KOMEDIA ROMANTYCZNA Sarah po kolejnym rozwodzie nie chce umawiać się na randki. Ojciec i siostry szukają jej partnera przez internet. *Reż.: Gary David Goldberg, A: Diane Lane, John Cusack, Elizabeth Perkins USA 2005* **125 min ▶ do godz. 20.00**

18.05 HBO
Materialiści
KOMEDIA ROMANTYCZNA Swatka Lucy wdaje się w relację z bogatym Harrym. Wbrew rozsądkowi odnawia też znajomość z byłym chłopakiem. *Reż.: Celine Song, A: Dakota Johnson, Chris Evans, Pedro Pascal USA/Finlandia 2025* **115 min ▶ do godz. 20.00**

20.00 WARNER TV
Bullitt
SENSACYJNY Policjant Frank wyjaśnia sprawę śmierci świadka, którego miał chronić. Naraża się skorumpowanym kolegom po fachu i mafii. *Reż.: Peter Yates, A: Steve McQueen, Jacqueline Bisset USA 1968* **135 min ▶ do godz. 22.15**

22.45 STOPKLATKA
Dziki cel
KOMEDIA SENSACYJNA Zawodowy zabójca zaprzyjaźnia się z oszustką, którą miał zlikwidować. Staje się celem żądnego zemsty mafiosa. *Reż.: Jonathan Lynn, A: Bill Nighy, Martin Freeman, Emily Blunt Fr./Wlk. Bryt. 2010* **120 min ▶ do godz. 0.45**

→ filmowe hity

Wiki znajduje sposób na szybki zarobek. Jej rywalem jest partner nowej znajomej.

22.30 POLSAT
Volta
KOMEDIA Kombinator staje do rozgrywki ze sprytną dziewczyną. Stawką pojedynku jest zaginiony skarb.

HIT DNIA Bruno Volta jest prawdziwym mistrzem w rozwiązywaniu zagadek i odkrywaniu tajemnic ludzkiej duszy. Pomaga właśnie nieudacznikowi Kazimierzowi Dolnemu, przewodniczącemu Polskiej Partii Socjalistyczno-Narodowej „Godność i Duma", w politycznej karierze. Pewnego dnia nadarza się okazja, dzięki której może wykorzystać swój zmysł kombinowania do zdobycia skarbu. Jego partnerka Agnieszka w niecodziennych okolicznościach spotyka Wiki. Okazuje się, że nowa znajoma odkryła w ścianie wiekowej kamienicy zaginioną koronę Kazimierza Wielkiego. Bruno nie zamierza przepuścić takiej okazji. Wspólnie z ochroniarzem Dychą postanawiają przejąć artefakt. To okazuje się jednak znacznie trudniejsze, niż zakładali, ponieważ niepozorna Wiki jest wymagającą przeciwniczką. HD **135 min ▶ do godz. 0.45**

Polska 2017 **Reż.:** Juliusz Machulski **Wyst.:** Andrzej Zieliński, Olga Bołądź, Aleksandra Domańska, Jacek Braciak

20.00 TV PULS
Skazany
SENSACYJNY Jacob (Nikolaj Coster-Waldau) trafia za kratki za spowodowanie wypadku. Uczy się więziennych reguł, by zapewnić sobie ochronę. Przemyca heroinę i wykonuje wyrok na zdrajcy, by dołączyć do gangu Bottlesa.

Reż.: Ric Roman Waugh Wyst.: Omari Hardwick USA 2017 HD **140 min ▶ do godz. 22.20**

20.00 FILMBOX+ ONE
Haker
SENSACYJNY Cyberprzestępca doprowadza do wybuchu w elektrowni jądrowej w Chinach, czym wywołuje chaos na światowych rynkach finansowych. Skazany haker (Chris Hemsworth) ma pomóc w schwytaniu terrorysty.

Reż.: Michael Mann Wyst.: Leehom Wang USA 2015 HD **165 min ▶ do godz. 22.45**

20.00 STOPKLATKA
Ostatni bastion
SENSACYJNY Generał Irwin (Robert Redford) trafia do więzienia o zaostrzonym rygorze. Rządzący tu pułkownik Winter usiłuje zniszczyć oficera, który go krytykuje. Konflikt staje się zarzewiem buntu w zakładzie karnym.

Reż.: Rod Lurie Wyst.: James Gandolfini USA 2001 HD **165 min ▶ do godz. 22.45**

21.05 TVP KULTURA
Wspomnienie lata
OBYCZAJOWY Lata 70. XX wieku. Nastoletni Piotrek (Maksymilian Jastrzębski) spędza wakacje razem z matką w prowincjonalnym miasteczku. Tego lata doświadczy zarówno pierwszej miłości, jak i poczucia straty.

Reż.: Adam Guziński Wyst.: Urszula Grabowska Polska 2016 HD **100 min ▶ do godz. 22.45**

22.20 TV PULS
Tajniak
KRYMINALNY Były żołnierz Ryan Logan (Sam Worthington) przyjmuje propozycję dawnego przełożonego. Ryzykowna akcja, która miała przynieść mu fortunę, staje się początkiem krwawych porachunków.

Reż.: Matt Nable Wyst.: Matthew Nable Australia 2023 HD **130 min ▶ do godz. 0.30**

23.00 TV 4
Obrońca
SENSACYJNY W Rumunii trwa spotkanie szefowej Narodowej Agencji Bezpieczeństwa z przywódcą islamskich fundamentalistów. Delegację z USA chroni grupa pod wodzą Rockforda (Dolph Lundgren). Dochodzi do ataku.

Reż.: Dolph Lundgren Wyst.: Jerry Springer USA/Niem. 2004 HD **115 min ▶ do godz. 0.55**

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

→ filmowe hity

Rain cierpi na schizofrenię. Nie jest pewna, gdzie leży granica między urojeniami a rzeczywistością.

20.00 TVN 7 Tożsamość strachu

THRILLER Nastolatka jest przekonana, że jej sąsiadka uprowadziła dziecko. Szuka dowodów przestępstwa.

HIT DNIA Nastoletnia Rain cierpi na schizofrenię. Rodzice dbają o leczenie córki i są dla niej wsparciem. Dziewczynę wciąż jednak dręczą halucynacje. Zmagająca się z chorobą Rain nabiera podejrzeń, że jej sąsiadka, nauczycielka, przetrzymuje w domu porwaną dziewczynkę. Nie wie, czy wpadła na trop przestępstwa, czy też umysł podsuwa jej straszliwe wizje. Razem z nowym kolegą, Calebem, próbuje wyjaśnić tę sprawę. Nie jest jednak pewna, czy nawet wspierający ją przyjaciel nie jest wytworem jej wyobraźni. HD 150 min ▶ do godz. 22.30

USA 2021 **Reż.:** Castille Landon **Wyst.:** Katherine Heigl, Harry Connick Jr., Madison Iseman, Eugenie Bondurant

→ sport

20.00 POLSAT Polska – Belgia

SIATKÓWKA LIVE Drugi turniej Ligi Narodów 2026 Biało-Czerwoni rozegrają przed własną publicznością. Rywalizację w Gliwicach rozpoczną od spotkania z drużyną z Beneluksu, która w ostatnich mistrzostwach świata zajęła siódme miejsce, najwyższe w swojej historii. HD 150 min ▶ do godz. 22.30

20.50 TVP 1 Szwajcaria – Kanada

PIŁKA NOŻNA LIVE Współgospodarze MŚ zakończą pierwszą fazę turnieju spotkaniem z teoretycznie najsilniejszą ekipą w grupie B. Czy obie reprezentacje będą po tym meczu cieszyć się z awansu do 1/16 finału? HD 165 min ▶ do godz. 23.35

→ rozrywka

18.00 TV 4 Łowcy skarbów. Kto da więcej?

REALITY SHOW Adrian przywiezie plakat „Seksmisji", autorstwa Wiesława Wałkuskiego. Anna zaoferuje wazon w kształcie ananasa – czerwone dmuchane szkło sodowe z lat 70. wyprodukowano w manufakturze w Ząbkowicach. HD 60 min ▶ do godz. 19.00

20.05 TVP 2 Omnibus – szybcy i mądrzy

TELETURNIEJ Rozgrywka, w której najważniejszy jest czas. Poprawne odpowiedzi przynoszą cenne sekundy, błędne je odbierają. W prowadzonej przez Krzysztofa Czeczota grze biorą udział trzy znane osoby. HD 30 min ▶ do godz. 20.35

20.50 TVN Mroczna dzielnica

SENSACYJNY Detroit. Funkcjonariusz Orin Boyd (Steven Seagal) prowadzi śledztwo dotyczące zniknięcia pięćdziesięciu kilogramów heroiny z policyjnego magazynu. W niebezpiecznej akcji pomaga mu gangster Walter.

Reż.: Andrzej Bartkowiak Wyst.: DMX
USA/Kan. 2001 HD 135 min ▶ do godz. 23.05

21.00 POLSAT FILM Plan ucieczki 3

SENSACYJNY Specjalista do spraw zabezpieczeń, Ray Breslin (Sylvester Stallone), ma uratować uprowadzoną córkę miliardera z Hongkongu. W tym celu musi dostać się do znakomicie strzeżonego więzienia na Łotwie.

Reż.: John Herzfeld Wyst.: 50 Cent, Devon Sawa
USA 2019 HD 120 min ▶ do godz. 23.00

23.50 TVP 1 Szkocja – Brazylia

PIŁKA NOŻNA LIVE Będzie to już piąty w historii mecz Canarinhos z Tartanową Armią w fazie grupowej mundialu. Od ostatniego z nich minęło 28 lat. Wówczas we Francji Brazylia pokonała Szkocję 2:1. Brak jej wygranej w Miami byłby sensacją. HD 155 min ▶ do godz. 2.25

22.00 DISCOVERY CHANNEL Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata

REALITY SHOW Podczas zaciętego wyzwania faworyt doznaje poważnej kontuzji. Zawodnicy szykują pochodnie i pułapki. W tym czasie wokół ich obozów pojawiają się nosorożce. HD 120 min ▶ do godz. 0.00

23.00 PULS 2 Adrenalina

SENSACYJNY Zabójca Chev (Jason Statham) dowiaduje się, że wstrzyknięto mu truciznę, która go uśmierci, jeśli rytm jego serca spadnie poniżej pewnego poziomu. Aplikuje sobie adrenalinę i rozpoczyna poszukiwania antidotum.

Reż.: Mark Neveldine Wyst.: Amy Smart
USA 2006 HD 120 min ▶ do godz. 1.00

23.05 TVN World War Z

HORROR SF Na świecie rozprzestrzenia się wirus zamieniający ludzi w bestie. Były pracownik ONZ (Brad Pitt) trafia na okręt na Atlantyku. Zebrani tu eksperci próbują stworzyć antidotum. Szukają źródła choroby.

Reż.: Marc Forster Wyst.: Mireille Enos
USA/Malta 2013 HD 140 min ▶ do godz. 1.25

2.50 TVP 2 Czechy – Meksyk

PIŁKA NOŻNA LIVE El Tri zaprezentowali przed mundialem niezłą formę. Pokonali m.in. Serbię 5:1 i Ghanę 2:0. Nasi południowi sąsiedzi muszą więc wznieść się na wyżyny swoich umiejętności, aby udanie zakończyć rywalizację w grupie A. HD 150 min ▶ do godz. 5.20

→ dokument

19.45 BBC EARTH Pociągiem przez starożytną Grecję

HISTORIA Alice Roberts udaje się do Salonik. Przybliża fascynujące fakty o Aleksandrze Wielkim – jednym z najwybitniejszych dowódców w dziejach – oraz jego ojcu. HD 70 min ▶ do godz. 20.55

TVP 1 HD DVB-T2

3.35 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE
3.50 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy K: Kolumbia – DR Konga LIVE
6.25 **Na granicy wymarcia** – dok.
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Rodzina (nie od) święta**
8.00 **Serwis Info** – program inform.
8.10 **Pogoda Info**
8.15 **Czterdziestolatek** (18) – serial obyczajowy, Polska 1977
9.20 **Ranczo 5** (64) – obycz., Pol. 2011
10.15 **Komisarz Alex 6** (73) – serial kryminalny, Polska 2014
11.05 **Ojciec Mateusz 14** (182) – serial kryminalny, Polska 2015
12.00 **Serwis Info** – program inform.
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda** – program inform.
12.40 **Magazyn rolniczy**
12.55 **Natura w Jedynce: Ukryte cuda europejskiej przyrody** (2) – serial dokumentalny, Hol.
14.00 **Złoty chłopak** (319)
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1053)
16.00 **Dziedzictwo** (958) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.05 **Reporterzy** – mag. reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (897) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**
20.25 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE

TVP 2 HD DVB-T2

5.35 **M jak miłość** (1780) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 **Mozaika żydowska. Magazyn kulturalno-religijno-społeczny**
6.55 **Barwy szczęścia** (3339) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.30 **Rodzinka.pl** (20, 21): Rodzice na 110%; Ideały a sprawa trawnika – serial komediowy, Polska 2011
12.35 **Koło fortuny** (1869) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (128) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (996) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (861): Powrót do przeszłości – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Britney zabiera matkę na wycieczkę. Trafiają w sam środek małżeńskiej kłótni, skutkującej poważnymi obrażeniami. Dobromir zajmuje się starszą kobietą, która zasłabła przez grypę.
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (418) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 **Koło fortuny** (1870) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (129) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Cihan zabiera z rodzinnego domu swoje rzeczy, pozostając całkowicie obojętnym na argumenty matki i Beyzy. U boku Hancer odnajduje spokój i szczęście.
18.15 **Va banque** (997) – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej

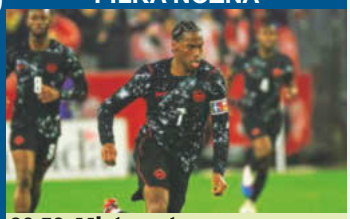
POLSAT HD DVB-T2

4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.30 **Malanowski i partnerzy** (304, 305): Zła matka; Zgwałcona – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 **Trudne sprawy** (1235, 1236) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 **Gliniarze** (850, 851) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 **Dlaczego ja?** (1480, 1481) – paradok., Polska 2025
Amelia ucieka przed groźnym wierzycielem narzeczonego. Schronienie oferuje jej Sebastian. Przedstawia nową znajomą rodzinie jako swoją dziewczynę. Wkrótce wychodzi na jaw, że jest ona w ciąży. Rodzice Sebastiana chcą, by para się pobrała.
15.50 **Wydarzenia, pogoda**
16.25 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.40 **Gliniarze** (1047, 1048) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Emerytka wpuszcza napastnika do swojego mieszkania, sądząc, że odwiedził ją wnuczek. Kiedy policja znajduje jej ciało w okradzionym lokum, wychodzi na jaw, że krewny faktycznie kontaktował się z babcią chwilę przed morderstwem. Olga i Adam muszą sprawdzić, czy chłopak jest uwikłany w zbrodnię.
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.30 **Sport, pogoda**

TVN HD DVB-T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1678) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (9): Podkowa Leśna – Suliko – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (16)
11.25 **Kuchenne rewolucje** (2, 6): Ustroń, Pizza Bella; Kraków – Via Piada – program rozrywkowy
13.40 **Ukryta prawda** (1661, 1662, 1713) – paradok., Polska
16-letni Marcel dzwoni do ojca z informacją, że on i jego kolega zostali napadnięci. Chłopcom udało się uciec, ale potrzebują pomocy. Mężczyzna wraz ze szwagrem wybawiają ich z opresji. Dorośli są zaniepokojeni coraz częstszymi aktami wandalizmu w okolicy.
16.50 **Szpital św. Anny** (53) – serial obyczajowy, Polska 2025
Kaśka otrzymuje gratulacje za odczyt na sympozjum. Ratownicy udają się do opuszczonych magazynów. Uczestnik bójki doznał ciężkiego urazu. Wszyscy zostają uwięzieni w pustostanie.
17.55 **Detektywi** (177) – serial fab.-dok., Polska 2025
Klientka prosi o pomoc w sprawie jej syna, który po pobiciu trafił do szpitala. Młody strażak feralnego dnia wracał z remizy. Podejrzenia padają na wuja.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
20.15 **Na Wspólnej** (4234) – serial obyczajowy, Polska 2026 player

PIŁKA NOŻNA



20.50 **Mistrzostwa świata 2026:** mecz grupy B: Szwajcaria – Kanada LIVE

Przed rozpoczęciem rywalizacji w tegorocznych mistrzostwach świata Szwajcarzy uważani byli za faworytów grupy B. Swoje zmagania na tym etapie turnieju Helweci zakończą meczem ze współgospodarzami imprezy, Kanadyjczykami. Piłkarze z Kraju Klonowego Liścia spróbują korzystnie zaprezentować się na tle ogranego na wielkich imprezach rywala.

23.35 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE
23.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy C: Szkocja – Brazylia LIVE
2.25 **Kawalerskie życie na obczyźnie** – film obyczajowy, Polska 1992, reż. Andrzej Barański, wyk. Marek Bukowski, Bożena Dykiel, Magdalena Wójcik, Artur Barciś, 110 min FILM
4.15 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny
4.30 **Pytanie dnia** – program publicystyczny
4.50 **Zakończenie**

OBYCZAJOWY

19.25 **Barwy szczęścia** (3339) – Polska 2026

Łukasz przygotowuje się do spotkania z czytelnikami. Współpracuje z Celiną przy sprawie dotyczącej małżeńskiej zdrady. Kasia strofuje Ksawerego, gdy dowiaduje się, że biegał on po szkole w alkogoglach pożyczonych od kolegi.

20.05 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (11) – teleturniej
20.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (11) – teleturniej
20.55 **Postaw na milion** – teleturniej
21.50 **Na sygnale** (853, 854) – serial fabularno-dokum., Polska 2026
23.00 **Ania** – film dokumentalny, Polska 2022
0.35 **Karol, władca Hiszpanii** (1) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015, wyk. Álvaro Cervantes, Enrique Berrendero
1.30 **Nasz dom w górach** (8) – serial obyczajowy, Niemcy 2019
2.30 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE
2.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy A: Czechy – Meksyk LIVE
5.20 **Zakończenie**

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

20.00 **Liga Narodów:** mecz: Polska – Belgia LIVE

Drugi turniej Ligi Narodów z udziałem Biało-Czerwonych odbędzie się w Gliwicach. Podopieczni Nikoli Grbicia rozpoczną go spotkaniem z drużyną z Beneluksu, dla której to premierowy sezon w tych rozgrywkach. Są zdecydowanymi faworytami starcia.

22.30 **Volta** – komedia, Polska 2017, reż. Juliusz Machulski, wyk. Andrzej Zieliński, Olga Bołądź, Aleksandra Domańska, Michał Żurawski, 135 min FILM HIT DNIA
Wiki znajduje zaginioną koronę Kazimierza Wielkiego. Partner jej znajomej, przebiegły Volta, zamierza przejąć skarb. Trafia na godną siebie przeciwniczkę.
0.45 **Spadaj, tato** – komedia, USA 2012, reż. Sean Anders, wyk. Adam Sandler, Andy Samberg, Leighton Meester, 150 min FILM
Nieudacznik odnawia kontakt z synem, człowiekiem sukcesu. Zderzenie różnych światów daje początek problemom.
3.15 **Nasz nowy dom** (366) – reality show

SENSACYJNY

20.50 **Mroczna dzielnica** – USA/Australia/Kanada 2001, 135 min FILM

Z magazynu policyjnego ginie 50 kilogramów heroiny o wartości 5 milionów dolarów. Dochodzenie w tej sprawie prowadzi detektyw Orin Boyd, wyznający zasadę, że aby skutecznie bronić prawa, należy je niekiedy łamać.

23.05 **World War Z** – horror s.f., USA/Malta 2013, reż. Marc Forster, wyk. Brad Pitt, Mireille Enos, Daniella Kertesz, James Badge Dale, 140 min FILM
Na świecie rozprzestrzenia się wirus zamieniający ludzi w bestie. Eksperci muszą odkryć źródło choroby, by stworzyć antidotum. W misji bierze udział były pracownik ONZ, Lane.
1.25 **Szpital św. Anny** (121) – serial obyczajowy, Polska 2026
2.30 **Uwaga!** – magazyn reporterów
2.50 **Wallander** (3) – serial kryminalny, Wielka Brytania/Szwecja/USA 2008
4.45 **Nauka jazdy 5** (8) – program rozrywkowy
5.10 **Recepta na stary dom 4** (6) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.20 Ten moment (43) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (746-748) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1326, 1421, 1422) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1063-1065): Jej wina; W ciszy; Nikt się nie dowie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 Detektywi (110): Zabójstwo siostry – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 Szpital (756) – serial paradokumentalny, Polska 2018
16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (496, 497): Dróżniczka; Wymarzony awans – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (6) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Policjanci natrafiają na wypadek drogowy. Okazuje się, że osoba, która została potrącona na pasach, uciekła. Funkcjonariusze ruszają na poszukiwania rannego. Straż pożarna musi ewakuować pensjonariuszy domu spokojnej starości.
19.00 Ukryta prawda (1517) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Adam razem z kolegą znajduje walizkę wypełnioną pieniędzmi. Mężczyźni dzielą gotówkę między siebie. Tymczasem w okolicy pojawiają się Łysy i Bolek. Wypytują o dłużnika.

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (17, 18): Florence Italy; Francuski numer – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (16, 17): Drift; Wypalenie – serial sensacyjny, Niemcy 2015
10.00 Maria z przedmieścia (31, 32) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (102) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Eduardo oświadcza się Beatriz. W trakcie sesji terapeutycznej Blanca wyznaje Juanowi Miguelowi, że jej siostra popełniła samobójstwo. Tymczasem synek Marichuy dostaje gorączki.
13.00 Wspaniałe stulecie (36) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (21) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (514, 515) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (22) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Roman udaje się z przesyłką do kobiety, która twierdzi, że niczego nie zamawiała. Prosi, by kurier otworzył przy niej paczkę. Michał realizuje dostawę do klubu AA. Odkrywa, że to alkohol.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (959, 960) – serial obyczajowy, Polska 2026 Hania pracuje jako hostessa na eventach organizowanych przez Szwajcara – szarmanckiego, lecz bezwzględnego gangstera ze środowiskiem handlarzy ludźmi. Po śmierci koleżanki trafia na celownik policji.

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 20 (1) – program rozrywkowy
6.25 Superthings: Kazoom Power (4, 5) – serial anim., Hiszp. 2024
6.40 Smerfy 2 (40) – serial anim., Belgia/USA/Fr. 2021
6.55 Jeżyk i Przyjaciele (5, 4) – serial animowany, Polska 2023
7.30 Psi Patrol (12) – serial anim.
7.50 Superkoty (5) – serial anim., USA
8.30 Myszka Miki: Frajdomek 2 (55) – serial anim., USA 2022
8.50 Masza i Niedźwiedź 3 (25, 26) – serial animowany, Rosja 2015
9.20 Świnka Peppa (21, 22) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
9.30 Bing 4 (11, 12) – serial anim.
9.45 Basia (4, 5) – serial anim., Polska
10.10 Jeżyk i Przyjaciele (3) – serial animowany, Polska 2023
10.35 Spidey i superkumple 2 (34, 33) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (25, 26) – serial anim., Fr. 2021
12.00 Psi Patrol 8 (26) – serial anim.
12.35 Marta mówi (5) – serial anim.
13.00 Smerfy (148) – anim., Bel. 1984
13.35 Gumisie 4 (1) – serial animowany
14.00 Kacze opowieści (61, 62) – serial animowany, USA 1987
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (15, 16) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
16.00 Fineasz i Ferb (25, 26) – serial animowany, USA 2007
17.00 Smerfy (147) – anim., Bel. 1988
17.35 Gumisie 6 (18) – anim., USA 1992
18.00 Pingwiny z Madagaskaru (25, 26) – serial animowany, USA
19.00 Kacze opowieści (60, 63) – serial animowany, USA 1987

NETFLIX

IDŹ PRZODEM, BRACIE

Oskar (Piotr Witkowski), członek elitarnej jednostki taktycznej, doznaje ataku paniki podczas akcji. Musi porzucić służbę. Co gorsza, dziedziczy hazardowe długi po ojcu, który popełnił samobójstwo. Wpada na pomysł, jak rozwiązać swoje problemy finansowe. Wikła się w niebezpieczne zdarzenia.
▶**serial krym. (6 odc.), Polska 2024**

PREMIERA

RĘKĄ DANTEGO

Pisarz Nick (Oscar Isaac) na rozkaz mafijnego bossa ma ukraść rękopis „Boskiej komedii". W XIV w. jej autor, Dante Alighieri, poszukuje natchnienia do stworzenia swojego najważniejszego dzieła. Choć dzielą ich stulecia, obsesja na punkcie piękna w nieoczekiwany sposób splata losy obu mężczyzn.
▶**obycz., Wlk. Bryt. 2025; 150 min**

PREMIERA

INNA JA 3

Fabuła trzeciego sezonu skupia się na zamknięciu historii Ady (Tuba Büyüküstün), Sevgi i Leyli. Po latach terapii i rozliczeń z przeszłością przyjaciółki muszą zmierzyć się z nowymi wyzwaniami, podjąć kolejne trudne decyzje i ponieść konsekwencje zmian, które wprowadziły w swoim życiu.
▶**serial obycz. (8 odc.), Turcja 2026**

ŻYCIOWE BŁĘDY

Nicky (Dan Levy) i Morgan (Taylor Ortega) wpadają w poważne kłopoty po kradzieży, której dopuszczają się z myślą o umierającej babci. Są szantażowani i muszą podejmować się coraz bardziej ryzykownych zadań. Z czasem stają się częścią przestępczego świata. Powoli tracą kontrolę nad swoim życiem.
▶**serial kom. (8 odc.), USA 2026**

THRILLER

20.00 Tożsamość strachu FILM – USA 2021, 150 min
Nastoletnia Rain cierpi na schizofrenię. Nabiera podejrzeń, że jej sąsiadka, szanowana nauczycielka, przetrzymuje w swoim domu porwaną dziewczynkę. Razem z nowym kolegą, Calebem, próbuje wyjaśnić tę sprawę. Nie ma jednak pewności, czy przyjaciel nie jest wytworem jej wyobraźni.

22.30 Zabójcy – film sensacyjny, FILM USA/Francja 1995, reż. Richard Donner, wyk. Antonio Banderas, Sylvester Stallone, Julianne Moore, Anatoli Davydov, 150 min Profesjonalny morderca staje do pojedynku z innym mistrzem w krwawym fachu. Stawką są dwa miliony dolarów za wykonanie zadania.
1.00 Od kołyski aż po grób FILM – film sensacyjny, USA 2003, reż. Andrzej Bartkowiak, wyk. Jet Li, DMX, Anthony Anderson, Kelly Hu, 130 min
3.10 Żyjąc z potworem 8 (12) – serial dokumentalny, USA 2020
4.10 Fachowcy 2 (12) – serial paradokumentalny, Polska 2018

SENSACYJNY

20.00 Skazany FILM – USA 2017, 140 min
Biznesmen Jacob Harion powoduje wypadek, w którym ginie jego przyjaciel. Zostaje skazany na 16 miesięcy więzienia. Szybko przyswaja reguły zakładu karnego i stara się zapewnić sobie ochronę. Przemyca heroinę i wykonuje wyrok na zdrajcy, by dołączyć do gangu wpływowego Bottlesa.

22.20 Tajniak – dramat kryminalny, FILM Australia 2023, reż. Matt Nable, wyk. Sam Worthington, Matthew Nable, Phoebe Tonkin, Edward Friday Carmody, 130 min
0.30 Pętla – film sensacyjny, Polska FILM 2020, reż. Patryk Vega, wyk. Antoni Królikowski, Katarzyna Warnke, Piotr Stramowski, Marcin Zacharzewski, 125 min
2.35 Dzielnica strachu 9 (394): Pokrak – serial kryminalny, Polska 2025
3.35 Lombard. Życie pod zastaw 18 (955) – serial obyczajowy, Polska 2026
5.00 Dzielnica strachu 9 (397): Skrzywdzona – serial kryminalny, Polska 2025

OBYCZAJOWY

20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (967) – Polska 2026
Edward próbuje przekonać Barskiego, by razem wybrali się do klubu. Kazimierz nie jest jednak zainteresowany. Tanek przeżywa szok, kiedy zjawia się u niego Marina. Babcia dziewczyny bardzo dba o gościa.

21.00 Dzielnica strachu 9 (399, 400): Grzesznicy; Śmierć na pełnym gazie – serial kryminalny, Polska 2025
23.00 Adrenalina – film sensacyjny, FILM USA/Wielka Brytania 2006, reż. Mark Neveldine, wyk. Jason Statham, Amy Smart, Jose Pablo Cantillo, Efren Ramirez, 120 min
1.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (632) – serial obyczajowy, Polska 2023
2.00 Lombard. Życie pod zastaw 9 (473) – serial obyczajowy, Polska 2021
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (182, 183) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (494) – serial obyczajowy, Polska 2022

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.05 FBI: Most Wanted 2 (13, 14) – serial krym.
7.30 Agenci NCIS: Hawaje 2 (13, 14) – serial kryminalny
9.25 Castle 2 (5, 6) – serial krym., USA 2009-2010
11.20 MacGyver (21) – serial akcji, USA 2017
12.20 MacGyver 2 (1) – serial akcji, USA
13.20 Agenci NCIS: Hawaje 2 (15, 16) – serial kryminalny
15.10 Agenci NCIS 10 (2, 3) – serial sensacyjny
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (1, 2) – serial krym., USA/Kanada 2002
19.05 Castle 2 (7, 8) – serial krym., USA 2009-2010

TVP SERIALE

5.20 Rodzinka.pl (91, 92)
6.25 Na sygnale (474, 475)
7.30 Ojciec Mateusz 2 (24) – krym., Pol. 2009
8.30 Komisarz Alex (13)
9.25 Rodzinka.pl (93)
10.00 Klan (1440, 1441)
10.55 Ranczo 7 (91) – obycz.
11.45 Ranczo 8 (92) – obycz.
12.35 Komisarz Alex 2 (14)
13.35 Ojciec Mateusz 29 (375, 376) – krym., Pol.
15.35 Komisarz Alex 2 (15) – serial krym., Polska
16.25 Na sygnale (476, 477) – serial fab.-dokum.
17.35 Ranczo 8 (93, 94) – serial obycz., Polska
19.30 Ojciec Mateusz 29 (377) – krym., Pol. 2023
20.30 Ojciec Mateusz 2 (25) – krym., Pol. 2009

TVP KULTURA DVB-T2

12.05 Duże zwierzę – dramat obyczajowy, Polska 2000, 90 min
13.35 Legendy Paryża – opowieść o sztuce XIX wieku (4) – dok.
14.35 Kariera Nikodema Dyzmy (5) – obycz.
15.40 Meta – film obycz., Polska 1971, 80 min
17.00 Wakacje z duchami (5, 6) – serial przyg.
18.15 Muzeum Polskiej Piosenki (93) – program rozrywkowy
18.30 Informacje kulturalne
18.55 Pan wzywał, milordzie? 3 (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
20.00 Powrót Sherlocka Holmesa (4) – krym.

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 4 (7) – serial dok., Pol. 2019
7.00 Problem – film krótkometraż.
7.30 Nadzieja – dramat sensacyjny, Polska/Niemcy 2006, 120 min
9.30 Mother Dear – film krótkometraż.
10.00 Karen Pirie 2 (3-ost.) – krym., Wlk. Bryt. 2025
11.55 Vera 3 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
13.50 Minari – dramat obyczajowy, USA 2020, reż. Lee Isaac Chung, 140 min
16.10 Prawo ojca – dramat obyczajowy, Fr./Belgia/Jap. 2024, 125 min
18.15 Vera 4 (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

9.05 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 85 min
10.30 Każda mała rzecz – film dokumentalny, Australia 2024
12.05 Łapu capu – pr. rozr.
12.10 Ida – dramat obyczajowy, Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min
13.30 Cat's Eyes (3) – przyg.
14.30 Dalajlama. Przez mądrość do szczęścia – film dokumentalny, USA/Szwajcaria 2024
16.05 Azyl – dramat biograf., Czechy/Wlk. Bryt./USA 2017, 125 min
18.10 Łapu capu – pr. rozr.
18.15 Kopnięci w czasie – komedia, Francja/Belgia 2025, 105 min

HBO HD

7.40 Jasełka wszech czasów – kom. przyg., Kanada 2024, 100 min
9.20 Spider-Man 3 – film przygodowy, USA 2007, reż. Sam Raimi, 135 min
11.35 Nim nadejdzie czwartek – komediodramat, Finlandia 2024, 100 min
13.15 Królewska wystawa – komedia romantyczna, USA 2025, 85 min
14.40 Dotknięci miłością – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/Irlandia 2024, 105 min
16.25 Tajemnica złotnika – dramat obycz., Hiszp. 2025, 100 min

20

SENSACYJNY

21.05 Zabójcza broń 3 (10, 11) – USA 2018

Cole, po zaręczynach Natalie, stara się zagłuszyć rozczarowanie i wikła się w przelotne relacje. Tymczasem Murtaugh prowadzi dochodzenie w sprawie zabójstwa.

22.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (1, 2) – serial krym.
0.40 Castle 2 (7, 8) – serial krym., USA 2009-2010
2.35 Zabójcza broń 3 (10, 11) – serial sens.
4.25 Walker: Strażnik Teksasu (1) – serial kryminalny, USA 2021

OBYCZAJOWY

21.30 Ranczo 8 (95, 96) – Polska 2014

Księża prowadzą akcję, której celem jest przeciwdziałanie zalewowi obcych nacji w obliczu niedoborów demograficznych w kraju. Duchownych wspiera Michałowa.

23.25 Ojciec Mateusz 29 (378, 379) – krym., Pol.
1.20 Erynie (4, 5) – serial kryminalny, Pol. 2021
3.20 Wojna zastępcza (1) – serial szpiegowski
4.15 Klan (1440) – telenowela, Pol. 2008
4.40 Pan Mama (13) – serial kom., Pol. 2025

OBYCZAJOWY

21.05 Wspomnienie lata – Polska 2016, 100 min

Lata 70. Piotrek spędza wakacje z matką w prowincjonalnym mieście. To lato okazuje się dla niego przełomowe. Doświadcza zarówno pierwszej miłości, jak i straty.

22.45 Informacje kulturalne
23.15 Blisko – dram. obycz., Bel./Francja/Hol. 2022, 115 min
1.10 38. Międzynarodowy Festiwal Muzyki Jazzowej – Jazz Jamboree '96 – koncert

SENSACYJNY

20.10 Sztuka zbrodni – Wielka Brytania/USA/Niemcy 2020, 125 min

Psychopata zabija młode pary. Wśród ofiar są córka i zięć detektywa Kanona. Śledczy podąża tropem sprawcy. Pomaga mu Dessie, która może być kolejnym celem mordercy.

22.15 Zbrodnie w Ystad (5, 6-ost.) – serial krym.
0.20 Poza nocą (5, 6-ost.) – hist., Włochy/Fr. 2022
2.30 Minuta ciszy (2) – serial obycz., Polska
3.30 Sweat – dram. obycz., Pol. 2020, 105 min
5.15 Klangor (2) – krym.

DRAMAT PRZYGODOWY

20.00 Dziki – Polska 2025, 135 min

XVII w. Półdziki, niemy wojownik stoi na czele zbójnickiej bandy ukrywającej się w Karpatach. Banitę chce dopaść cesarski inkwizytor, psychopatyczny Łowca z Carcassone.

22.15 Spalę was wszystkich – horror, Hiszpania 2021, 115 min
0.10 Cięcie – thriller, Wielka Brytania/USA 2024, reż. Sean Ellis, 100 min
1.50 Kill – dramat sensacyjny, USA/Indie 2023, 105 min

KOMEDIA ROMANT.

18.05 Materialiści – USA/Finlandia 2025, 115 min

Swatka Lucy wdaje się w relację z Harrym i odświeża znajomość z byłym chłopakiem. Musi dokonać wyboru.

20.00 Kaskader – komedia sens., USA 2024, wyk. Emily Blunt, Ryan Gosling, 125 min
22.05 Ród smoka 3 (1) – fantasy, USA 2026
23.10 Piekielne wakacje – dok., Wlk. Bryt. 2019
0.40 Lisa Frankenstein – komedia fantasy, USA 2024, 105 min

AXN WHITE

8.20 Szpital nadziei 3 (15)
9.20 Blondynka (8, 9) – obycz.
11.20 Agenci NCIS 15 (22-24)
14.10 Szpital nadziei 3 (16)
15.15 Święta pod gwiazdami – komedia romantyczna, USA/Kanada 2021, 115 min
17.10 Miłość w pakiecie na święta – komedia romantyczna, Wielka Brytania 2023, 110 min
19.00 Dr House 2 (22) – obycz.
20.00 Dowody zbrodni (10, 11)
21.55 Unforgettable: Zapisane w pamięci 4 (6) – krym.
22.55 Agenci NCIS 15 (22-24)
1.30 Dowody zbrodni (10, 11)
3.25 Zaklinacze koni (3, 4)

WARNER TV

9.05 Bajer z Bel-Air 4 (10, 11)
10.05 Prawo Agaty 2 (3)
11.00 Pełna chata 7 (11, 12)
12.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 10 (10, 22) – sens.
13.55 Bajer z Bel-Air 4 (10-13)
15.55 Pełna chata 7 (11-14) – serial komediowy, USA
17.55 Facet z ogłoszenia – komedia romantyczna, USA 2005, 125 min
20.00 Bullitt – film sensacyjny, USA 1968, 135 min
22.15 Akademia policyjna 7: Misja w Moskwie – kom., USA 1994, 95 min
23.50 Kryminalni: Misja śląska – film krym., 2006, 130 min

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.05 Benek – komediodramat, Polska 2007, 100 min
7.45 Kung Fu Panda 2 – anim., USA/Kanada 2011, 90 min
9.15 Heidi ratuje rysia – film animowany, 2025, 75 min
10.30 Łapu capu – pr. rozrywk.
10.35 Pan Tadeusz – kostium., Pol./Francja 1999, 150 min
13.05 Morderstwo w ambasadzie – krym., Wlk. Bryt. 2025, 85 min
14.30 Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min
16.15 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego
17.45 Hollywood Buzz – mag.
18.10 Premierowa jazda – mag.
18.25 Peacock – thriller, USA 2010, reż. Michael Lander, wyk. Cillian Murphy, 90 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Pies 51 – thriller, Francja 2025, 100 min
21.40 Zabójczy umysł – thriller, Włochy 2022, 105 min
23.25 21 gramów – dramat obyczajowy, 2003, 115 min
1.20 Utrata równowagi – dramat psychologiczny, Polska 2024, 100 min
3.00 Żurek – film obyczajowy, Polska 2003, 70 min
4.10 Imago – dramat biograf., Polska 2023, 110 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Cztery pory Igi (2) – serial dokumentalny, Polska 2022
10.45 Making of CANAL+ – magazyn filmowy
11.00 Naruto (17-22) – serial anime, Japonia 2003
14.00 Łapu capu Extra – program rozrywkowy
14.35 13 posterunek 2 (4-6) – serial komediowy, Polska
16.20 Łapu capu – program rozrywkowy
16.25 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 4 (1, 2) – serial dokumentalny
18.25 The Office PL (10-12) – serial komediowy, Polska 2021-2022
20.05 Król i zdobywca (7, 8) – serial historyczny, Wielka Brytania/Islandia/USA 2025
21.55 Premierowa jazda (3) – magazyn
22.00 Oddział dla zuchwałych (3, 4) – serial wojenny, Wielka Brytania 2022
0.05 Nie zostawiaj mnie (7, 8) – serial kryminalny, Wł. 2022
2.00 Planeta Singli. Osiem historii (8) – serial komediowy, Polska 2021
3.05 Belfer 2 (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2017
5.15 Łapu capu – program rozrywkowy
5.25 Świeżak – film krótkometrażowy, Pol. 2024

CANAL+ 360 HD

7.00 Supersamoloty bojowe (1) – serial dokumentalny
8.00 Grip – w świecie supersamochodów (6)
9.00 Zabójcze drogi (1) – dok.
10.00 Co poszło nie tak 2 (3)
11.00 Kolegium żużlowe (14)
13.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (3) – serial dok., Niem. 2011
14.00 Wykrywacz historii 2 (3)
15.00 Co poszło nie tak 3 (1)
16.00 Supersamoloty bojowe (2) – serial dokumentalny
17.00 Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (12) – dok.
17.55 Porzucone konstrukcje 4 (17) – dok.
18.50 Wykrywacz historii 2 (2)
19.50 Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (13) – dok.
20.50 Co poszło nie tak 4 (3)
22.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (4) – serial dok., Niem. 2023
23.00 Supersamoloty bojowe (8) – serial dokumentalny
0.00 Nieczysta gra: Skandal w biathlonie (3) – dok.
1.00 Pokonani (6) – serial krym.
2.05 Twardzielki (5) – dok., Pol.
2.45 Polowanie na Hitlera (9)
3.45 Polska z góry: Stadiony (4, 5) – serial dok., Pol. 2024
4.55 Zwierzęta Wajraka 2 (5, 6) – serial dok., Pol. 2021

HBO 2 HD

11.45 Do granic – dramat obycz., Hiszpania 2022, 75 min
13.00 I tak po prostu 2 (1) – serial komediowy, USA
13.45 Harry Potter i Insygnia Śmierci: część 1 – film przygodowy, 2010, 145 min
16.10 Geneza planety małp – film s.f., USA/Wielka Brytania/Kan. 2011, 105 min
17.55 Amrum – dramat wojenny, Niemcy 2025, 95 min
19.30 Kraina Lovecrafta (3, 4) – serial grozy, USA 2020
21.20 Elizjum – dramat s.f., USA 2013, 110 min
23.10 Bękart – dramat historyczny, 2023, 125 min

AXN BLACK

8.40 Zagadki z przeszłości (15) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.40 Gwiezdne wrota 2 (14-16) – s.f., USA/Kan. 1998
12.40 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3 (22) – sens., USA
13.40 Renegat 5 (1) – serial sens.
14.40 Drużyna A 2 (13) – sens.
15.40 Nieustraszony (5) – sens.
16.50 Zagadki z przeszłości (16) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 Gwiezdne wrota 2 (17-19) – s.f., USA/Kan. 1999
21.00 Men in Black: International – kom. s.f., Chiny/USA 2019, 135 min
23.15 Hostel – horror, USA 2005, reż. Eli Roth, 110 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 Kabaretowa Ekstraklasa (124) – rozr.
6.10 Gliniarze (109-111) – serial paradokumentalny, Pol.
9.10 Strażnik Teksasu (18-21) – serial sensacyjny, USA
13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (5-8) – obycz.
15.00 Świat według Kiepskich (341-344) – kom., Pol. 2010
17.00 Columbo (2) – serial krym.
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (98-100) – serial krym., USA/Kanada
23.50 Ślad (16-18) – serial krym.
2.50 Święty (281, 282) – kom.
4.00 48h. Zaginieni (73, 74) – serial kryminalny, Polska

HBO 3 HD

12.50 Źródło – dramat psycholog., 2006, 95 min
14.25 Serdecznie zapraszamy – kom., USA 2025, 105 min
16.10 Blue Moon – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min
17.50 Lalka – komedia, Francja 2025, 80 min
19.10 Niepewne 4 (9, 10) – kom.
20.10 Rzym (2) – serial hist.
21.00 Georgie i Mandy wzięli ślub 2 (19, 20) – serial kom.
21.40 Doktor Larsen 2 (21)
22.25 Grzesznicy – horror, 2025, 135 min
0.40 Zniknięcia – horror, USA 2025, 130 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (118-120) – dok., Pol.
7.30 **Doktor Martin 4** (24) – serial obyczajowy
8.30 **Przyjaciółki** (303, 304) – obycz., Pol.
10.25 **Świat według Kiepskich** (149, 150, 215, 216, 154, 155, 59) – serial kom., Polska
14.35 FILM **Moje wakacje z Rudym** – film familijny, Australia 2016, reż. Kriv Stenders, 100 min
16.15 FILM **28 dni** – komediodramat, USA 2000, 140 min
18.35 FILM **Niewidzialny** – film sensacyjny, USA 2005, 145 min

SENSACYJNY

21.00 FILM **Plan ucieczki 3** – USA 2019, 120 min
Specjalista do spraw zabezpieczeń, Breslin, ma uratować uprowadzoną córkę miliardera. Musi dostać się do strzeżonego więzienia.
23.00 FILM **Kapitan Phillips** – dramat biograficzny, USA 2013, wyk. Tom Hanks, 170 min
1.50 **Fala zbrodni** (69) – serial sens., Pol. 2006
2.45 **Ślad** (24, 25) – serial krym., Pol. 2018-2019
4.45 **Na ratunek 112** (848, 849) – serial paradokum., Pol. 2023

COMEDY CENTRAL HD

6.00 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (14, 15) – serial animowany, USA 2012
7.00 **Dwóch i pół 3** (15-18) – serial komediowy, USA 2005
8.55 **Przyjaciele 4** (20-24) – serial komediowy, USA 1997-1998
11.25 **Przyjaciele 5** (1) – serial komediowy, USA 1998-1999
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 4** (11-16) – serial komediowy, USA 2010-2011
14.30 **Dwóch i pół 3** (19-22) – serial komediowy
16.30 **Przyjaciele 5** (2-7) – serial komediowy, USA 1998-1999

KOMEDIOWY

19.30 **Teoria wielkiego podrywu 4** (17-22)
Sheldon zauważa, że Leonard staje się liderem ich grupy. Postanawia znaleźć sobie innych przyjaciół. Związek Howarda i Bernadette nabiera rumieńców.
22.00 **The Office PL** (1, 2)
23.05 **Comedy Club 3** (11, 12) – pr. rozrywk.
0.05 **Miasteczko South Park** (3, 4)
1.00 **Pracoholicy 2** (1, 2)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 5** (15, 16)
3.00 **Miasteczko South Park 27** (5)

TVN FABUŁA HD

5.05 **Szkoła** (766) – serial paradokum.
6.00 **Superbohaterowie** (4) – program kult.
6.30 **Alfabet filmowy** (12)
6.45 **Zakochani po uszy** (69, 70) – telen., Polska
7.45 **Detektywi** (37-40) – serial fab.-dokum.
9.50 **Prawo Agaty 3** (2) – serial obycz., Polska
10.55 **Szpital św. Anny** (81)
11.55 **Miłość czy pomyłka?** (15, 16)
13.55 **Prawo Agaty 3** (1)
14.55 **Detektywi** – fab.-dok.
16.00 **Artystki** (3) – pr. rozr.
17.00 FILM **Tata kontra tata** – komedia, USA 2015, 120 min
19.00 **Szpital św. Anny** (60) – serial obycz., Polska

KOMEDIA ROMANT.

20.00 FILM **Seks w wielkim mieście** – USA 2008, 185 min
Carrie szykuje się do ślubu. Niestety los płata jej figla. W trudnych chwilach może liczyć na wsparcie Mirandy, Charlotte i Samanthy. Przyjaciółki jadą do Meksyku.
23.05 FILM **Specjalista** – film sensacyjny, USA/Peru 1994, reż. Luis Llosa, 140 min
1.25 FILM **Narodziny gwiazdy** – film muzyczny, USA 2018, 160 min
4.05 **Ukryta prawda** (1336) – paradok., Pol.

13 ULICA

6.20 **Balthazar 5** (1, 2) – serial kryminalny, Fr.
8.30 FILM **Na granicy: Przepaść** – film krym., Niemcy 2022, 120 min
10.30 **Chicago P.D. 10** (22) – serial kryminalny
11.20 **Chicago P.D. 11** (1) – serial kryminalny
12.15 **Magnum: Detektyw z Hawajów 4** (15, 16)
14.05 **Balthazar 5** (3, 4)
16.15 FILM **Na granicy: Demokracja umiera w ciemności** – film kryminalny, Niemcy 2018, 120 min
18.15 **Chicago P.D. 11** (2, 3) – serial kryminalny
20.05 **Magnum: Detektyw z Hawajów 4** (17, 18) – serial sensacyjny

KRYMINALNY

22.00 **Niewidomy detektyw** (3)
Dyrektorka szkoły zostaje podpalona i wkrótce umiera. Prowadząca śledztwo detektyw Laura zwraca się o pomoc do swojego byłego przełożonego, Aleksa.
23.55 FILM **Niepokojące zaginięcia: Sprawa osobista 3** – dramat kryminalny, Francja 2021, 120 min
1.55 FILM **Na granicy: Demokracja umiera w ciemności** – film kryminalny, Niemcy 2018, 115 min

KINO POLSKA

6.25 **Nowy kabaretowy rejs 5** (7) – pr. rozrywk.
7.15 **Polska z góry. Nad wodą 2** (3) – dok.
7.45 **Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
8.00 **Ranking naj polskiego kina** (2)
8.40 FILM **Pan Anatol szuka miliona** – komedia obycz., 1958, 105 min
10.25 FILM **Pokój z widokiem na morze** – film psychologiczny, 1977, 105 min
12.10 FILM **W pustyni i w puszczy** – film przyg., 2001, 165 min
14.55 FILM **Piłsudski** – film biograf., 2019, 135 min
17.10 **Pogranicze w ogniu** (21, 22) – serial sens.

SENSACYJNY

20.00 **Ekstradycja 3** (1, 2) – 1998
Olgierd wychodzi cało z kolejnego zamachu. Zostaje jednak zwolniony ze służby za zniszczenie ważnych dowodów. Stefan Sawka proponuje mu intratną posadę.
22.30 **Misja Afganistan** (8) – serial wojenny, 2012
23.25 FILM **Orzeł. Ostatni patrol** – dramat wojenny, 2022, reż. Jacek Bławut, wyk. Tomasz Ziętek, 140 min
1.45 FILM **Prawo ojca** – dramat sensacyjny, 1999, 255 min

STOPKLATKA DVB T2

6.00 **Kabaretowe hity** (1) – program rozrywkowy
6.50 **Złoty interes** (5) – program rozrywkowy
7.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** – cykl reportaży, Pol.
9.00 **Robert Makłowicz** (150, 161) – mag. kulin.
10.55 **Górski lekarz** (10, 11) – obycz., Niem./Austria
13.00 **Katastrofy w przestworzach** (1, 9, 6) – serial dokum.
16.00 **MacGyver 3** (16, 17) – sens., USA/Kan. 1988
18.00 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (33, 34) – reality show
19.10 **Aukcja w ciemno** (18, 19) – serial dokum.

SENSACYJNY

20.00 FILM **Ostatni bastion** – USA 2001, 165 min
Generał Eugene Irwin za odmowę wykonania rozkazu zostaje skazany na więzienie o zaostrzonym rygorze. Jego naczelnikiem jest sadysta, pułkownik Winter.
22.45 FILM **Dziki cel** – komedia sens., Francja/Wielka Brytania 2010, 120 min
0.45 FILM **Przebudzenie** – thriller, USA 2007, 115 min
2.40 FILM **I znowu zgrzeszyliśmy, dobry Boże!** – kom., Fr. 2019, 110 min

20

CINEMAX HD

12.05 FILM **Pierwsza krowa** – western, 2019, 120 min
14.05 FILM **Bilet do raju** – komedia romantyczna, USA/Jap./Wlk. Bryt. 2022, 105 min
15.50 FILM **Jestem końcem świata** – kom., Wł. 2025, 95 min
17.25 FILM **2012** – film katastroficzny, USA/Kanada 2009, 155 min
20.00 FILM **Transformers: Wiek zagłady** – film s.f., USA/Chiny 2014, 165 min
22.45 FILM **Powrót** – film obyczajowy, Bel./Hol. 2025, 90 min
0.15 FILM **Syndrom niekończącego się lata** – komediodramat, Czechy/Francja 2023, 100 min

CINEMAX 2 HD

13.35 FILM **Piksele** – komedia, USA/Chiny/Kan. 2015, 105 min
15.20 FILM **Krok dziewiąty** – dramat obycz., Litwa 2022, 95 min
16.55 FILM **Jaśniejsza od gwiazd** – melodramat, Wlk. Bryt./Australia/Fr. 2009, 120 min
18.55 FILM **Nade mną niebo, w dolinie ja** – film obyczajowy, Słowacja/Czechy 2024, 95 min
20.30 FILM **Wybór pianisty** – dramat hist., Francja 2024, 105 min
22.15 FILM **Pozwól mi wejść** – dramat psychologiczny, Szwecja 2008, 115 min
0.10 FILM **Dziki diament** – dramat obyczajowy, 2024, 105 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 **Święty** (15, 16) – kom., Pol.
14.25 **Spadkobiercy 3** (5) – rozr.
15.25 **Co ludzie powiedzą? 4** (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 **Jedną nogą w grobie** (4)
16.55 **Czarna Żmija 2** (4) – kom.
17.35 **Bob kocha Abisholę** (6-8)
19.00 **Dwóch i pół 3** (15-18)
21.00 **Świat według Kiepskich** (3-5) – serial kom., Pol. 2008
22.30 **Co ludzie powiedzą? 4** (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 **Jedną nogą w grobie** (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 **Czarna Żmija 2** (5) – kom.
0.30 **Comedy Club 2** (3) – rozr.
1.00 **Dziewczyny w wielkim mieście 5** (5, 6) – kom.

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.05 **Poirot 5** (7, 8) – serial krym.
11.20 **Zatraceni w miłości** (13, 14) – telen., Turcja 2023
13.30 **Agenci NCIS 17** (11, 12) – serial kryminalny, USA
15.15 **Lekarze na start** (13, 14)
16.45 **Tajemnicza historia w Styles** – film krym., Wlk. Bryt. 1990, 135 min
19.00 **Zatraceni w miłości** (15, 16) – telen., Turcja 2023
21.00 **Sprawy pana Booka** (1)
22.10 **Projekt Błękitna Księga** (5) – serial s.f., Kanada/USA
23.05 **Dalgliesh 2** (2) – krym.
1.00 **Zatraceni w miłości** (15, 16) – telen., Turcja 2023
2.40 **Sprawy pana Booka** (1)

SCI FI

10.00 **Bibliotekarze 4** (7, 8)
11.50 **Zagubiona tożsamość** (3, 4) – serial s.f., Kan. 2010
13.40 **Grimm 5** (21, 22) – fantasy
15.30 **Bibliotekarze 4** (9, 10)
17.20 **Zagubiona tożsamość** (5, 6) – serial s.f., Kan. 2010
19.10 **Grimm 6** (1, 2) – fantasy
21.00 **Bibliotekarze: Nowy rozdział** (4) – s.f., USA 2025
22.00 **Underworld: Wojny krwi** – horror s.f., 2016, 115 min
23.55 **xXx: Reaktywacja** – film sensacyjny, 2017, 130 min
2.05 **Zagubiona tożsamość** (5, 6) – serial s.f., Kan. 2010
4.05 **Sanktuarium: Opowieść czarownicy 2** (3, 4)

NOVELAS+ HD

10.00 **Cud miłości** (20) – telen.
11.00 **Otchłań namiętności** (105) – telen., Meksyk 2012
12.00 **Za wszelką cenę** (75)
13.00 **Róże i grzechy** (4) – telen.
14.00 **Historia Juany** (32, 33)
16.00 **Róże i grzechy** (5) – telen.
17.00 **Za wszelką cenę** (76)
18.00 **Otchłań namiętności** (106) – telen., Meksyk 2012
19.00 **Macocha** (15) – telenowela
20.00 **Cud miłości** (21) – telen.
21.00 **Historia Juany** (33)
22.00 **Róże i grzechy** (5) – telen.
23.00 **Za wszelką cenę** (76)
0.00 **Otchłań namiętności** (106) – telen., Meksyk 2012
1.00 **Macocha** (15) – telenowela

FX HD

9.00 **Z archiwum X** (11) – s.f.
10.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (17, 18) – krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (3, 4)
13.45 **Agenci NCIS** (22, 23)
15.35 **SkyMed** (4) – obycz., Kan.
16.30 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (19, 20) – krym.
18.20 **Z archiwum X** (12) – s.f.
19.15 **FBI 3** (14) – serial krym.
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (5, 6) – serial kryminalny, USA
22.00 **Matlock** (12) – serial krym.
22.55 **Z archiwum X** (12) – s.f.
23.50 **FBI 3** (14) – serial krym.
0.45 **Agenci NCIS** (23) – sens.

FX COMEDY HD

10.10 **Diabli nadali 7** (20-22)
11.35 **Diabli nadali 8** (1) – kom.
12.00 **Jim wie lepiej 6** (13, 14)
13.00 **Sposób użycia 5** (9, 10)
14.00 **Wszyscy kochają Raymonda 4** (9-12) – kom.
16.00 **Simpsonowie 35** (13-16)
18.00 **Jak poznałem waszą matkę** (7-9) – serial kom.
19.30 **Współczesna rodzina 6** (10-12) – serial komediowy
21.00 **Family Guy: Głowa rodziny 23** (12, 17)
22.00 FILM **Jackass – świry w akcji 2** – komedia, USA 2006, 115 min
23.55 **Genialna Morgane 2** (1, 2) – serial kryminalny, Fr.

FILMBOX+ ONE HD

8.35 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (6, 7)
11.00 **Panna Scarlet i komisarz 3** (3, 4) – krym.
13.10 **Poirot** (2) – serial krym.
15.15 **Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (8, 9) – serial krym., Australia
17.50 **Panna Scarlet i komisarz 3** (5, 6) – krym.
20.00 FILM **Haker** – film sensacyjny, USA 2015, 165 min
22.45 FILM **Peacemaker** – film sensacyjny, 1997, 155 min
1.20 FILM **Dziewiąte wrota** – thriller, 1999, 180 min
4.20 **Klasyka krótkich animacji** – filmy anim.

FILMBOX+ HITS HD

16.15 FILM **Klub cudownych kobiet** – komediodramat, Irlandia/Wlk. Bryt. 2023, 100 min
17.55 FILM **Robin Hood: Początek** – przyg., USA/Hongkong/Chorwacja 2018, 125 min
20.00 FILM **Powodzenia, Leo Grande!** – komediodramat, Wielka Brytania/USA 2022, reż. Sophie Hyde, 110 min
21.50 FILM **Londyn w ogniu** – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA/Bułgaria 2016, 110 min
23.40 FILM **To nasza młodość** – komedia obyczajowa, USA 2014, 110 min
1.30 FILM **Wyspa śmierci** – sens., USA/Wlk. Bryt. 2023, 95 min

ROMANCE TV HD

12.20 FILM **Inga Lindström: Konie z Katarinabergu** – film obycz., Niem. 2007, 115 min
14.15 FILM **Rosamunde Pilcher: Zakonnica na niby** – melodramat, Niemcy 2012, 110 min
16.05 FILM **Statek marzeń – Laponia** – film obycz., Niemcy 2022, 115 min
18.00 **Stadnina w Piber** (12)
19.00 **Górski lekarz** (126)
20.00 FILM **Cud w Kapsztadzie** – dramat biograficzny, Niemcy 2022, 135 min
22.15 FILM **Umzugschaos** – komedia romant., 2021, 110 min
0.05 **Górski lekarz** (126)

PARAMOUNT NETWORK HD

10.50 FILM **Star Trek 3: W poszukiwaniu Spocka** – film s.f., USA 1984, 130 min
13.00 **Czarodziejki 2** (13, 14)
15.00 **Pingwiny z Madagaskaru 3** (2)
15.30 FILM **Dwaj zgryźliwi tetrycy** – kom., USA 1993, 135 min
17.45 FILM **Szkoła rocka** – kom. muz., USA/Niemcy 2003, 135 min
20.00 FILM **Jeszcze bardziej zgryźliwi tetrycy** – kom., USA 1995, 125 min
22.05 FILM **Sekcja rytmiczna** – thriller, 2020, 140 min
0.25 **Planeta Singli. Osiem historii** (8) – serial kom.

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
8.30 **Kolarstwo:** Tour de Suisse – 5. etap
9.00 **Cycling Show** – mag.
9.30 **FIA WEC:** Wyścig 6-godzinny w Spa-Francorchamps
12.00 **Snooker:** Turniej Players Championship: J. Higgins – Z. Xintong
14.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Lenzerheide – zjazd kobiet i mężczyzn
15.30 **Cycling Show** – mag.
16.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Lenzerheide – cross-country kobiet i mężczyzn
18.30 **FIA WEC:** Wyścig w Spa-Francorchamps
20.00 **Żeglarstwo:** SailGP w Halifaksie

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
9.00 **Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
10.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
12.45 LIVE **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Bułgaria – Włochy Starcie finalistów ostatniego mundialu. Wówczas górą byli Włosi, którzy pokonali Bułgarów 3:1.
16.45 LIVE **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Ukraina – Brazylia
19.00 LIVE **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – studio

CANAL+ SPORT HD
6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Korona Kielce – Bruk-Bet Termalica Nieciecza
8.20 **Premier League Stories** (15) – magazyn piłkarski
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: RCD Espanyol – FC Barcelona
11.15 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Sevilla FC – UD Levante
13.30 **Złota Dekada. Historia Lecha Poznań 1983-1993** (3, 4) – serial dokum.
15.45 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Espanyol – Barcelona
18.00 **Boks:** Gala w Tokio

TVP SPORT HD DVB-T2
3.35 LIVE **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy K: Kolumbia – DR Konga
6.40 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy K: Portugalia – Uzbekistan
9.00 **Mundialowy poranek** (13) – mag.
10.30 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Anglia – Ghana
12.45 **Koszykówka 3x3:** MŚ – Warszawa 2026 – finały
13.50 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy L: Panama – Chorwacja
16.10 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy K: Kolumbia – DR Konga
18.30 **Dzień na mundialu** (13) – mag. piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 **LaLiga Best 11** – magazyn piłkarski
7.45 **Dani Carvajal – serce wojownika** – film dokumentalny
8.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Heidenheim – FC Bayern Monachium
10.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Madryt CF
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Genoa CFC – Inter Mediolan
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – Mainz
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Como 1907

DISCOVERY CHANNEL HD
7.00 **Budowa na końcu świata** – serial dok.
8.00 **Gorączka złota: zapomniane kopalnie** – serial dok.
9.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów 6**
10.00 **Klan z Alaski** – dok.
11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – dok., USA
12.00 **Fani czterech kółek**
13.00 **Nagi instynkt przetrwania: Elita**
15.00 **Złomowisko PL 5** (12) – serial dokum.
16.00 **Gorączka złota 16**
17.00 **Nic do zgłoszenia** (5) – serial dok., Pol. 2021
18.00 **Bracia Collins biorą się do roboty** (5)
19.00 **Złomowisko PL 2** (3-5) – serial dokum.

20

SNOOKER

21.00 **Turniej Players Championship:** John Higgins – Zhao Xintong
Zwycięzca tej konfrontacji otrzyma czek na kwotę 150 tysięcy funtów.
22.00 **Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w Lenzerheide – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn
0.00 **Snooker:** Turniej Welsh Open: finał: B. Hawkins – J. Lisowski
1.30 **Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 5. etap

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

19.45 LIVE **Liga Narodów** – mecz: Polska – Belgia
Drugi turniej LN z udziałem Biało-Czerwonych odbędzie się w Gliwicach. Podopieczni Nikoli Grbicia rozpoczną go spotkaniem z drużyną z Beneluksu, która debiutuje w rozgrywkach. Nasi siatkarze ostatni raz grali z nią trzy lata temu w kwalifikacjach do IO. Zwyciężyli 3:2.
22.00 LIVE **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – studio
23.00 **Gala ORLEN Basket Ligi** – widowisko
1.00 **Boks**

MAGAZYN PIŁKARSKI

19.00 **Premier League Review**
Widzowie zobaczą najładniejsze bramki minionego sezonu w lidze angielskiej.
20.00 **Premier League Stories** (46) – mag.
20.30 **Premier League: The Big Interview** (14) – mag. piłkarski
21.00 **Sporty walki:** ONE Championship 159
22.15 **Magazyn PGE Ekstraliga** – mag.
0.00 **Liga+ Extra** – mag.
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lechia Gdańsk – Jagiellonia

PIŁKA NOŻNA

20.00 LIVE **Mistrzostwa świata 2026** – mecz grupy B: Bośnia i Hercegowina – Katar
Czas na ostatnią kolejkę spotkań w grupie B. Wyżej notowani w rankingu FIFA są reprezentanci Kataru.
23.50 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy C: Maroko – Haiti
2.50 LIVE **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy A: RPA – Korea Południowa

PIŁKA NOŻNA

18.00 **Liga hiszpańska:** Barcelona – Espanyol
Papużki w pierwszym kwartale 2026 roku nie wygrały żadnego meczu w LaLidze. Wyglądało więc na to, że przedłużenie panowania w Barcelonie przez Blaugranę będzie czystą formalnością.
20.00 **Made in Italy** (13, 3)
20.40 **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii
22.40 **Made in Italy** (8)
23.00 **Serie A** – mag.
0.00 **Bundesliga Goal Special** (18) – mag.
0.35 **Ligue1 Season Review** (36) – mag.

REALITY SHOW

22.00 **Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata**
Podczas kolejnego wyzwania faworyt doznaje poważnej kontuzji. Kiedy zawodnicy przygotowują pochodnie i pułapki, wokół ich obozów krążą potężne nosorożce.
0.00 **Od samochodu do domu** – mag.
1.00 **Hot rod wg Kindiga** (10) – serial dok., USA
2.00 **Militaria na warsztat 5** (11)
3.00 **Królowie asfaltu 11**
4.00 **Zoom na architekturę**

EUROSPORT 2 HD
14.00 **FIA WEC:** Wyścig w Spa-Francorchamps
16.30 **Snooker:** Turniej Players Championship – finał: John Higgins – Zhao Xintong
18.30 **Cycling Show** – mag.
19.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Lenzerheide – cross-country
21.00 **Kolarstwo:** Tour de Suisse – 5. etap
22.00 **Discovery golf** – mag.
22.30 **Racing for excellence**
23.00 **Snooker:** Turniej Players Championship – finał: John Higgins – Zhao Xintong
0.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 5. etap

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
8.30 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga: Legia Warszawa – Zastal
11.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
12.45 LIVE **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Chiny – Turcja
16.15 LIVE **Siatkówka mężczyzn:** LN: Argentyna – Niemcy
18.00 **Siatkówka mężczyzn:** LN: Ukraina – Brazylia
20.00 **Gala ORLEN Basket Ligi**
22.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów: Kuba – USA
1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
10.00 **Tenis raport**
11.00 LIVE **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 2. rundy
13.00 LIVE **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 2. rundy
15.30 LIVE **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 2. rundy
17.00 LIVE **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 2. rundy
19.15 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 2. rundy
21.30 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 2. rundy
23.45 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – mecz 2. rundy
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lechia Gdańsk – Cracovia

EXTREME CHANNEL HD
9.00 **World of X Games 2018**
10.00 **AMA Motocross Series Highlights** (2)
11.00 **X Games – Oslo** (10)
12.00 **Liquid Edge** (3)
13.00 **Action Sports World** (16)
14.00 **WWE Classic Gold**
16.15 **WWE Highlights** (77)
17.00 **KPW Kombat TV** (8)
18.00 **WWE Highlights** (42, 49)
19.00 **WWE Classic Gold**
20.00 **AEW Dynamite** (2624)
22.00 **PTW Wrestling** (3)
2.00 **AMA Motocross Series Highlights** (2)
3.00 **World of X Games 2018**
4.00 **Liquid Edge** (3)
5.00 **Action Sports World** (16)

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 **Piłka nożna:** Stuttgart – Bayern
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Pisa SC – Inter
16.00 **Piłka nożna:** Bayern – VfL Wolfsburg
18.00 **Ligue1 Season Review**
19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – US Lecce
21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – UD Levante
23.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: PSG – Stade Rennais FC

DISCOVERY LIFE HD
7.15 **Nowa Maja w ogrodzie 5** (27, 28)
8.15 **Szpital** (507, 508)
10.15 **Nowa Maja w ogrodzie 5** (24, 25)
11.15 **Idealna niania 2** (3, 4)
12.45 **Klinika bez tajemnic**
14.45 **Szpital** (506, 507)
16.45 **Idealna niania 2** (1, 3-5)
19.45 **Klinika naturalnego piękna** (5) – reality show
20.15 **Chirurgia otyłości** (11)
21.15 **Nie do uwierzenia!** (5-7)
0.15 **Sekrety lekarzy** (4)
1.15 **Druga twarz 2** (5) – rozr.
2.15 **Związki z modą** (1) – rozr.
3.15 **Szpital** (318, 319)
5.15 **Kosmetyczne rewolucje**

POLSAT SPORT FIGHT HD
13.35 **K.O. TV Classics** (14)
14.25 **Sporty walki:** UFC 315 – walka: Belal Muhammad – Jack Della Maddalena
15.15 **Sporty walki:** UFC 323 – walka: Merab Dvalishvili – Petr Yan 2
17.40 **Boks:** Rocky Boxing Night w Żukowie: Mateusz Polski – Luis Romero Mendoza
21.00 **Atleci** – magazyn sportowy
21.25 **Sporty walki:** Babilon MMA 53 w Międzyzdrojach – walka: Szymon Kołecki – Marcin Łazarz
0.20 **Sporty walki:** NOC MMA 12: Koszalin – walka: Łukasz Parobiec – Rafał Jaszczuk

POLSAT SPORT 3 HD
8.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
11.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
13.15 LIVE **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Serbia – Japonia
16.15 LIVE **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów: Kuba – USA
17.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
20.15 LIVE **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Francja – Iran
22.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
11.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: ZKS Stal Rzeszów – PSŻ Poznań
13.45 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
14.40 **Bohater z Cienia** (2)
15.20 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Polonia Piła – Orzeł
18.15 **Magazyn PGE Ekstraliga**
20.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – FOGO Unia Leszno
23.00 **Premier League Stories**
23.45 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Korona – Termalica

ELEVEN SPORTS 4 HD
14.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
15.00 **Ligue 1 Season Review**
16.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Lille – Paris FC
18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – FC St. Pauli
20.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Athletic Club
22.00 **Made in Italy** (3, 4, 7, 9)
23.00 **Bundesliga Special**
0.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: CD Tondela – FC Porto
2.00 **Z archiwum LaLiga** (7, 8)

ELEVEN SPORTS 3 HD
14.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Real Oviedo
16.00 **Made in Italy** (1-3, 12)
17.00 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
17.30 **Bundesliga Special** (22)
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Roma – Napoli
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Freiburg – BVB
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: RC Lens – RC Strasbourg
0.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4) – mag.
1.00 **Hugo Sanchez** – film dok.
1.30 **Diego Rodriguez** – dok.

CANAL+ DOKUMENT HD
10.15 **Polska z góry 5** (3-5)
11.45 **Wszystko o Marii, Matce Bożej** (1, 2) – dok.
13.45 **Skandal w Kaplicy Sykstyńskiej** – film dok.
14.45 **Rewolucja Papieża Franciszka** – film dok., Fr.
15.50 **Wszystkie kolory świata** (5-8) – dok., Francja
19.50 **Rioja, kraina tysiąca win**
21.40 **Skandynawia. Nowa zimna wojna** – film dok.
22.45 **2000 metrów do Andrijiwki** – film dok.
0.40 **Emilie Schindler. Zapomniana bohaterka**
1.40 **O co biega?** (9) – mag.
2.15 **Chwile szczęścia** (1, 2)

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń** – serial dok.
7.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – serial dokumentalny, USA
8.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
11.00 **Inżynieria ekstremalna** – dok.
13.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
15.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
18.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – serial dokumentalny, USA

DOKUMENTALNY

21.00 **Na tropie legendarnych potworów**

Najnowsze nagrania mogą ujawnić zaskakujące fakty w sprawie wyjca zamieszkującego góry Ozark. Możliwe, że pochodzi on od diabła.

23.00 **Przypadki z archiwum 10** (7, 8) – serial dokum., USA 2020
1.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
4.00 **Poszukiwacze dinozaurów** – serial dokumentalny, USA

ID HD

6.00 **Mroczne piętno 3** – serial dokumentalny
8.00 **Żyjąc z potworem** – serial dokumentalny
10.00 **Mroczne sekrety Playboya** – dok., USA
11.00 **Mroczne sekrety Playboya 2** – dok.
12.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8** – serial dok.
14.00 **Mój sąsiad morderca 3** – dok.
16.00 **Morderstwo w tropikach** – dok.
17.00 **Autostrada do piekła** – serial dok.
18.00 **W sieci kłamstw** (9) – serial dokumentalny
20.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** – serial dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Zbrodnie godne Hollywood 5**

Porwanie i zabójstwo lubianej nauczycielki przez lata kładzie się cieniem na spokojnym miasteczku w Nowej Anglii. Sprawa pozostaje długo nierozwiązana.

22.00 **Cztery łapy na służbie** – dok.
23.00 **Żyjąc z potworem: jak wychowałem mordercę** – dok., USA
0.00 **Zagadkowa tożsamość Benjamina Kyle'a**
2.00 **Zbrodnie godne Hollywood 5** – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

12.00 **Odludna wyspa** (13) – serial dokum.
13.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna z Ameryką** (3) – dok.
14.00 **Tajemnice wojennych wraków** (6) – dok., Wlk. Bryt.
15.00 **Strzegąc granic** (5, 6) – serial dokum.
16.00 **Złapać przemytnika** (8) – serial dok., USA
16.55 **Koloseum** (3) – dok.
17.55 **Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu** (5) – dok., Niem. 2020
19.00 **II wojna światowa: Ukryta prawda** (2) – serial dok., Wlk. Bryt.
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (8) – dok., Kanada 2021

DOKUMENTALNY

21.00 **Ukryte pod miastami** (4) – Kan.

Pod rzymskim wzgórzem Celius odkryte zostają starożytne koszary oraz pozostałości willi. Na Florydzie robotnicy trafiają na ukrytą pod ulicą sieć tuneli.

21.55 **Inżynieryjne tragedie** (6) – dok.
23.05 **Najniebezpieczniejsze drogi Europy** (8) – dok.
0.00 **Katastrofa w przestworzach** (9) – serial dokumentalny
1.00 **Odludna wyspa** (7) – serial dokum., USA

FOKUS TV DVB-T2

6.00 **Wehikuł czasu** (624)
6.05 **48h. Zaginieni** (52) – serial krym., Polska
7.00 **Byli sobie podróżnicy** (9-12)
9.00 **Starożytni kosmici** (7) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (11, 12) – reality show
12.00 **Apokalipsa: II wojna światowa** (6)
13.00 **Poszukiwacze historii** (8, 9) – dok.
14.00 **Nowoczesne maszyny wojenne** (2, 3) – serial dokum.
16.00 **Dorwać tuńczyka 2** (7, 8) – serial dok., USA
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (36, 37) – serial dok.
20.00 **Galileo** (17) – program popularnonaukowy

DOKUMENTALNY

21.00 **Inżynierowie Hitlera: budowniczowie III Rzeszy** (1) – Wlk. Bryt.

Dokumentaliści przybliżają karierę nazistowskiego polityka i architekta Alberta Speera. Jeśli chodzi o jego upodobania artystyczne, był antymodernistą.

22.00 **Czołgi: Ewolucja machiny wojennej** (3, 4) – serial dok., Fr.
0.00 **Starożytni kosmici** (1) – serial dok., USA
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (25, 1-3) – serial dok.
5.00 **Kołowrotek** (6, 7)

TVP HISTORIA DVB-T2

11.45 **Wszystkie kolory świata** (47) – dok., Fr.
12.45 **Brytyjskie odliczanie do wojny** (2)
14.00 **Królowie** (43) – hist.
14.35 **Czterdziestolatek** (7) – obycz., Pol. 1974
15.35 **Sensacje XX wieku** (1, 2) – program hist.
17.25 **Czas honoru. Powstanie** (4) – wojenny, Pol. 2014
18.20 **Dwie strony barykady radomskiego czerwca** – film dokum., Polska 2016
19.10 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
20.15 **Ekstradycja 3** (10-ost.) – serial sens.

DOKUMENTALNY

21.20 **Banksy: Sztuka wyjęta spod prawa** – Wielka Brytania 2020

Opowieść o najbardziej tajemniczym przedstawicielu street artu. Od dekad Banksy zadziwia i wzbudza mnóstwo emocji swoją twórczością. Jego prawdziwa tożsamość wciąż jest zagadką.

23.20 **Sensacje XX wieku** (3, 4) – program historyczny
1.20 **Encyklopedia II wojny światowej** (2): Armia Czerwona – serial dokumentalny, Polska 1994

HISTORY HD

12.10 **Gwiazdy lombardu 22** (12)
13.05 **Starożytni kosmici 14** (18) – dok.
14.00 **Tajemnice skryte w mroku** (1) – dok.
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (16) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 12** (49)
16.15 **Gwiazdy lombardu 24** (32)
17.10 **II wojna światowa: Walka o Europę** (4)
18.10 **Największe tajemnice świata 5** (11) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (12) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 17** (5) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **David Duchovny: archiwum tajemnic 2** (3)

Aktor bada kulisy tajnego wybuchu nuklearnego przeprowadzonego głęboko pod powierzchnią w stanie Missisipi. Następnie odkrywa historię ukrytego bunkra wojennego.

22.00 **Jak to wyjaśnić? 5** (16) – serial dok., USA
23.00 **Niewyjaśnione tajemnice świata 2** (5) – serial dok., USA
23.55 **Jak to wyjaśnić? 4** (15) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 17** (5) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Na ratunek starociom**
9.00 **Brudne skarby** – dok.
10.00 **Walka o bagaż** (1, 2)
11.00 **Wyprawa w nieznane**
13.00 **Skarby z szopy** (10, 11)
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (14, 15) – dok.
16.00 **Skarby z szopy** (12, 13)
17.00 **Militaria na warsztat** (3)
18.00 **Muzealne tajemnice**
20.00 **Królestwo dinozaurów**
22.00 **Wyścigi po antyki** – dok.
23.00 **Legendarne miejscówki**
0.00 **Wyprawa w nieznane**
2.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
3.00 **Europa filmowa** (8) – dok.
4.00 **Seryjni mordercy**

PLANETE+ HD

12.35 **Dzikie odmęty** – film dok.
13.45 **Krajobrazy świata** (8)
14.50 **Najpiękniejsze rzeki świata 2** (3) – serial dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 7** (5) – serial dok., Fr.
16.55 **360° Świat bez granic**
17.55 **Dokąd dzisiaj? 4** (41, 42)
18.40 **1942. Długi rok przełomu** (3) – serial dok.
19.45 **Krok przed katastrofą** – film dokum., Niemcy 2023
20.50 **Polowanie na króla piratów** (2) – serial dok.
23.10 **Homoseksualizm na liście chorób** – dok.
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 7** (6) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

8.00 **Niezwykłe wędrówki zwierząt** (4) – serial dok.
9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Najdziwniejsze gatunki**
13.00 **Katavi – utracony raj Afryki** (3) – serial dokum.
14.00 **Planeta gadów** – dok.
15.00 **Walki zwierząt** (3) – dok.
16.00 **Dzika Missisipi** (3)
17.00 **Wędrówki zwierząt** – film dokumentalny, USA
18.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (2) – dok.
19.00 **Królestwo drapieżników** (2) – dok.
20.00 **Niszczycielskie żywioły 2** (1) – serial dok.
21.00 **Niezwykły dr Pol**

POLSAT VIASAT NATURE HD

10.20 **Zwierzęta: mistrzowie survivalu** (5) – serial dok.
11.20 **Wielkie rekiny z Australii** – dok., Australia
12.25 **Sekrety wodnych krain**
13.25 **Nowa Anglia: cuda natury** – film dokum., USA
14.35 **Niezwykła przyroda Madagaskaru** – film dok.
15.35 **Imperium przyrody**
17.40 **Zwierzęta: maszyny doskonałe 2** (3) – dok.
18.45 **Zabójcza pogoda 2** (4)
19.50 **Drapieżniki** – serial dok.
21.00 **Podwodne miasto** (4)
22.05 **Sekrety wodnych krain**
23.15 **Zabójcza pogoda 2** (5)
0.20 **Irlandia: szalony rok**

BBC EARTH HD

13.15 **Mroźna planeta** (1) – dok.
14.20 **W okowach mrozu 2** (17)
15.20 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (4) – serial dok.
16.20 **Cywilizacje: rozkwit i upadek** (2) – serial dok.
17.40 **Azja** (4) – serial dok., 2024
18.45 **Malownicze trasy kolejowe 2** (1) – serial dok.
19.45 **Pociągiem przez starożytną Grecję** (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2025
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (5) – serial dok.
21.55 **W okowach mrozu 2** (18) – serial dokumentalny, USA
22.55 **Cywilizacje: rozkwit i upadek** (3) – serial dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Mój przyjaciel grizzly**
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Cuda z drewna** – dok.
20.00 **Poznajcie leniwce** (7, 8)
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem 7** – serial dok.
0.00 **Supermoce małych stworzeń** – serial dok.
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

13.05 **Laos – echa spokojności**
13.55 **Wyspy Kanaryjskie** (2)
14.55 **Był sobie suseł** – film dok.
15.50 **Dobre wieści z planety Ziemia** (4) – cykl dokum.
16.55 **W sercu gór** – film dokum.
17.55 **Sanatorium miłości 3** (4)
18.55 **Franz Kafka – Pisarz między światami** – dok.
20.00 **Londyn – stolica kontrastów** – film dokum.
21.10 **Krainy cudów natury** (1)
22.20 **Zagadki zbrodni policji miejskiej** (3) – serial dok.
23.30 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.35 **Ukraina: Zwierzęta w cieniu wojny** – dok.

POLSAT DOKU HD

12.00 **Wojny kontenerowe 2**
13.05 **Poszukiwacze historii**
14.00 **Poza kontrolą. Pożar w tunelu Mont Blanc**
15.15 **Poszukiwacze historii**
15.40 **Najsłynniejsze napady**
16.45 **Michael Jackson: Ostatnie pożegnanie**
17.35 **Megakonstrukcje przeszłości** (3) – dok., Fr.
18.45 **Policjanci** (30, 31) – dok.
19.45 **Superdziała – ostatnia nadzieja Hitlera** – dok., Fr.
20.50 **Piekło na Ziemi** (4) – dok.
22.00 **Symbole zła** – dok., Niem.
23.05 **Ostatnie dni nazistów** (3) – serial fab.-dokum., USA
0.05 **Kroniki Hitlera** (11) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.10 **Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk 2** (10) – dok.
14.10 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
16.05 **Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2** (8) – dok.
17.00 **Ostatni kapitanowie** (7)
18.00 **Klątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 2** (3)
19.00 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
21.00 **Złoto Jukonu 4** (7) – dok.
22.00 **1992: Wielka Gra** (1, 2)
23.10 **Special Ops: Prawda**
0.15 **Poszukiwacze klejnotów: Australia** (4)

POLSAT VIASAT HISTORY HD

14.20 **Jeden dzień w Auschwitz** – film dok.
15.30 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera** (8) – serial dokum.
16.30 **Cesarz: powstanie i upadek dynastii** (3)
17.30 **II wojna światowa: cena imperium** (9) – serial dok.
18.40 **II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie** (3) – serial dok.
19.50 **Machu Picchu: kamienne miasto** – dok.
21.00 **Hitler i jego władza** (2)
22.10 **Życie prywatne przywódców Rzeszy** (3)
23.05 **Wielkie budowle Rzymian** (3) – dok., Francja

CI POLSAT HD

16.00 **Ferie, impreza, morderstwo 2** (3) – dok.
17.00 **Morderstwo czy wypadek? 3** (18) – dok.
18.00 **Cała prawda o zbrodni**
19.00 **Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach** (1) – dok.
20.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (8) – dok.
21.00 **Sędzia Rinder: zbrodnia, której nie da się zapomnieć** (2) – serial dok.
22.00 **Spowiedź seryjnego mordercy** (2) – serial dok.
23.00 **Dowody zbrodni 4** (16)
23.55 **Szokujące morderstwa: Atlanta** (6) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Niezwykłe Stany Prokopa** (6, 1-3) – pr. rozr.
10.10 **Kobieta na krańcu świata** (6, 7, 1, 2) – dok.
12.30 **Ciężarówką przez Stany**
14.55 **Brazylijskie uczty uliczne z Andym Batesem** (3-6) – serial dok.
17.00 **Człowiek kontra świat** (4, 5) – serial dok., Wlk. Bryt.
19.00 **Małżeństwo w dżungli**
21.05 **Bimbrownicy** (6, 7) – dok.
23.10 **Kobieta na krańcu świata** (8, 1, 2) – dok., Pol.
0.55 **Człowiek kontra świat**
3.00 **Bimbrownicy** (6, 7) – dok.
5.05 **Człowiek kontra jedzenie** (19) – mag. kulin.

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.10 Wiedźmin (4)
13.05 Giganci nauki
14.00 Taniec z rosyjskim niedźwiedziem, część 3 – film dok., Polska 2025
15.00 Słowo daję! – mag.
15.10 Zakochaj się w Polsce (195) – mag.
15.35 20 x 20 lat TVP Kultura – cykl fel.
16.00 Zaraz wracam 2 (101) – serial obycz.
16.30 Barwy szczęścia (3330) – serial obycz.
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1047)
17.30 Teleexpress
18.15 Aleksandra Kurzak. Portret gwiazdy – reportaż, Polska 2022
19.15 Laskowik & Malicki

TVP ROZRYWKA

6.10 Zakochaj się w Polsce (237) – mag.
6.40 Gra słów. Krzyżówka (1126)
7.10 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
8.20 Familiada – telet.
8.50 Va banque (929)
9.25 Koło fortuny (2034)
10.05 Makłowicz w podróży – mag.
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – telet.
13.10 Matki, żony i kochanki (9)
14.10 Rodzinka.pl (185)
14.45 Program rozrywkowy
15.20 Lato z Radiem i Telewizją Polską
17.25 Va banque (930)
18.00 Koło fortuny (2035)

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki (47, 48) – obycz., Polska 2014
8.00 Co ludzie powiedzą? (33, 34) – serial komediowy, Wielka Brytania 1995
9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (27, 28) – reality show
12.30 Bogaty dom – biedny dom (119, 120) – reality show, Polska
14.30 Kolacja w ciemno (60, 61) – program rozrywkowy
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (38) – reality show
Początkujący kucharze przyrządzą tajskie dania wegetariańskie.

TV 4 DVB-T2

6.00 Strażnik Teksasu (10, 11) – serial sens.
7.55 Bogaty dom – biedny dom (139)
8.55 Policjantki i Policjanci (486, 487)
10.55 Na ratunek 112 (1144, 1145) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1573, 1574) – paradok.
13.55 Trudne sprawy (915-917) – paradok.
16.55 Policjantki i Policjanci (1387) – serial obycz., Polska
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (482)
19.00 Policjantki i Policjanci (1388) – serial obycz., Polska
20.00 Uroczysko (185, 186) – serial krym., Polska

TTV HD DVB-T2

8.30 Kartoteka 11 (5, 6)
10.35 Detektywi (3, 4)
12.35 Zakup w ciemno 3 (33) – reality show
13.35 Zakup w ciemno 4 (32) – reality show
14.35 Nic do ukrycia (11)
15.35 Złomowisko PL 4
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 17 (5)
18.05 Zakup w ciemno extra (33)
18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 5 (4) – rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 7 (27) – reality show
21.05 Zakup w ciemno extra (25)
21.45 Express – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (5) – reality show
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 8 (7) – fab.-dok.
6.45 Pogromcy chaosu (4) – program rozrywk.
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Ugotowani (12, 13-ost.) – program kulinarno-rozrywk.
13.30 Kuchenne rewolucje (12, 11) – program rozrywkowy
15.35 Jestem z Polski 14 (14) – serial dokum.
16.35 Jestem z Polski 16 (9) – serial dokum., Pol.
17.40 Kuchenne rewolucje (14-16) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY

20.50 Dom nad rozlewiskiem (13-ost.) – Polska 2009
Szczęśliwa w małżeństwie Elwira wypytuje Gosię o jej związek z Januszem. Paula i Marysia wracają z Francji. Parę dni później zjawiają się na Mazurach.
21.35 Miłość nad rozlewiskiem (1)
22.25 KabareTOP Story (1)
22.35 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publ.
23.15 Dziennik regionów
23.40 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult.
0.10 Słowo daję! – mag.

MAGAZYN KULINARNY

18.35 Okrasa łamie przepisy (82)
Kucharz wykorzysta kukurydzę do przygotowania ciekawych potraw. Będą to: wędzona dorada z kukurydzą i kaparami oraz zapiekanka z makaronu, kukurydzy i sera.
19.40 Makłowicz w podróży – mag.
20.10 Postaw na milion
21.15 Kabaret Letnią Porą (29) – pr. rozrywk.
22.15 Rodzinka.pl (50) – serial kom., Pol. 2011
22.50 Tak to leciało! (62)
23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (4)

REALITY SHOW

18.00 Nasz nowy dom (296, 297) – Pol. 2023
Niepełnosprawna Ilona opiekuje się chorą córką. Panie mieszkają w dawnym sklepie. Nie mają tam łazienki ani toalety. Pomoże im ekipa Elżbiety Romanowskiej.
20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (16-18)
23.00 Gry małżeńskie (126, 127)
1.00 Kolacja w ciemno (61, 62) – pr. rozrywk.
3.05 Więzienie kobiet (92, 93) – serial dokum.
4.00 Zdrady (127, 128) – serial paradokum.

KRYMINALNY

21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (119)
Znaleziono ciało właściciela ubojni. Okazuje się, że denat wykorzystywał nielegalnych imigrantów. Załoga jedzie do podejrzanego Marsowa.
22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1002)
23.00 Obrońca – film sens., FILM USA/Niemcy/Rumunia 2004, 115 min
0.55 Love Island. Wyspa miłości (19)
2.00 Hardkorowy lombard 2 (15) – dok.
2.30 Interwencja

ROZRYWKOWY

22.00 Idź na całość 2 (7)
Uczestnicy mogą wygrać niemal trzy miliony złotych. W każdym odcinku podejmują ryzyko i próbują unikać zonka. Prowadzą Zygmunt Chajzer i Robert Motyka.
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (10)
0.00 Nic do zgłoszenia 6 (6) – serial dokum., Pol.
1.00 Życie na kredycie 8 (3, 4) – reality show
2.10 Dobra robota (8) – serial dok., Pol. 2022
3.10 Detektywi. Na zlecenie 2 (22, 23) – serial fab.-dokum.

ROZRYWKOWY

20.50 Ugotowani (7)
W Łodzi spotykają się dyrektorka, studentka, kierowca tira i żeglarz. Każdy z nich próbuje zaimponować gościom wyjątkową kolacją i zdobyć główną nagrodę.
21.50 Jestem z Polski 16 (12) – serial dokum.
22.50 Jestem z Polski (2) – serial dok., Pol. 2023
23.45 Hotel Paradise 6 (9, 10) – reality show
1.45 Śluby marzeń (3)
2.45 Co nas truje (12-ost., 1) – pr. rozr.
4.20 Zrób coś z tym dzieckiem (12-ost.)

TVP HD HD

11.20 Na sygnale (625, 626)
12.25 Ojciec Mateusz 5 (63)
13.20 Komisarz Alex 3 (27)
14.15 Ranczo 5 (53, 54) – obycz.
16.10 Super Gary. Gotuj z Bosacką! (7) – mag.
16.40 Operacja zdrowie (78)
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 24 (305)
19.20 Ranczo 5 (65) – obycz., Pol.
20.10 Rodzinka.pl (271, 272)
21.25 Ojciec Mateusz 33 (432)
22.20 Rocky 4 – dramat obycz., FILM USA 1985, 105 min
0.05 Hotel Mumbaj – thriller, FILM Australia/USA/Wielka Brytania 2018, 130 min

TVS HD

15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział
16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria
17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział
18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.
19.50 Rosamunde Pilcher: FILM **Miłość na pierwszą stronę** – film obyczajowy, Niemcy 2023, 120 min
21.50 Rosamunde Pilcher: FILM **Sroka i kapitan** – dramat obyczajowy, Niemcy 2022, 105 min
23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu 8 (23, 24) – serial sensacyjny
9.50 MacGyver 2 (16, 17)
11.55 Pułapki umysłu (4, 5)
13.00 Wojny magazynowe: Kanada (35, 36)
14.10 Pod pokładem 11 (12)
15.25 Sensacje XX wieku
17.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
20.00 Kobra – oddział specjalny 23 (10, 11)
22.00 Pod pokładem 11 (13)
23.00 Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2 (4) – pr. rozr.
0.00 Magia nagości. Polska 4
1.10 Magia nagości (7) – rozr.
2.15 I love kabaret (8, 2) – rozr.

TLC HD

13.00 Dr Pryszczylla 3 – dok.
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Pokonać otyłość (6)
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3
20.00 Kilogramy do szczęścia 2 – reality show
21.00 Skórze na ratunek 8
22.00 Twarz od nowa – dok.
23.00 Moje koszmarne stopy 2 – serial dok., USA
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy
1.00 Kilogramy do szczęścia 2
2.00 Skórze na ratunek 8

C+ KUCHNIA HD

14.25 ABC gotowania – kuchnia turecka (7)
14.50 Włoskie życie Sophie Grigson 2 (5, 6) – dok.
15.45 Z pola na stół (4, 5) – dok.
16.40 Jamie Oliver: gotuj sezonowo (4) – mag. kulin.
17.35 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (3) – dok.
18.30 Maximum Foodie 4 (1)
18.55 M jak mięso 5 (3) – dok.
19.25 M jak mięso 7 (3, 4) – dok.
20.15 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 12
23.10 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10

TVN TURBO HD

13.00 Zawodowi handlarze
14.30 Wojny samochodowe
16.30 Jeździć, obserwować
18.00 Raport Turbo – mag. inf.
18.15 Zawodowi handlarze
19.00 Naprawy nie do naprawy (2) – mag.
19.45 Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia (5) – pr. rozr.
20.15 Jeździć, obserwować (1)
21.00 Wojny samochodowe (5)
22.00 Raport Turbo – mag. inf.
22.15 Duda kontra Szafrański (7) – program rozrywkowy
23.00 Moto kombat (5) – mag.
23.45 Z drugiej ręki (9) – mag.
0.25 Usterka 16 (10) – fab.-dok.
0.55 Wojny samochodowe

NOWA TV DVB-T

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (7) – kom., Pol.
10.00 Miodowe lata (6) – kom.
10.30 Więzienie (111) – dok., Pol.
11.00 Poirot 11 (2) – serial krym.
15.00 Świat według Bundych 7 (142-147)
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (4) – kom., Pol.
18.30 Miodowe lata (117-119) – serial komediowy, Polska
21.00 Zdrady (121) – paradok.
22.00 Ślad (32, 33, 97) – krym.
1.00 Łowca pedofilów
3.00 TV okazje (69, 70)
3.50 Wehikuł czasu (624, 623)
4.00 Sala operacyjna (1, 3)
5.00 Pod lupą (10, 11) – mag.

METRO

8.30 Szpital (766, 767)
10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (335, 336)
12.30 Szkoła (708) – paradok.
13.30 Brzydula (11, 12) – kom.
14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (5) – serial obycz.
15.45 The Floor (5, 6) – telet.
17.00 Fani czterech kółek 17
18.00 Prawo Agaty 6 (7)
19.00 Kartoteka (3, 4) – fab.-dok.
21.05 Kryminalni 2 (2, 3) – krym.
23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (2) – krym.
0.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (6) – dok.
1.20 Szpital (762) – paradok.
2.20 Szkoła (510, 511)

ANTENA HD DVB-T2

11.55 Klątwa Wyspy Dębów 6
13.50 Australijscy poszukiwacze złota 8
15.50 Wojny kontenerowe
16.50 77 TV 5 (15, 18) – pr. rozr.
18.45 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (7) – serial kryminalny
20.00 Alex Hugo – górski detektyw (3) – serial krym.
22.10 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (5) – serial kryminalny
23.25 Detektywi z Bordeaux 4 (4) – serial krym., Fr./Belgia
0.35 Polska. Największe tajemnice 2 (3) – pr. rozr.
1.45 Kabaretowy szał – rozr.

WP DVB-T

11.00 Porzucone budowle 9 (6)
12.00 Wariaci za kierownicą 5
13.00 Makłowicz w podróży
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (15, 9, 10)
16.50 Pogoda
17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 3 (1)
19.00 Strażacy z sąsiedztwa 2 (9) – serial dok., Polska 2026
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (2, 3)
21.50 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 7
23.00 Mistrzowie Kabaretu 3
0.00 Kabaretowy śmiech grupowy (4) – pr. rozrywk.
1.00 Mistrzowie Kabaretu 5

C+ DOMO HD

10.55 Wielkie projekty: Australia 10 (7)
11.55 Generalna odbudowa 2
12.50 Gardeners' World 16
14.05 Cudotwórcy 7 (20) – mag.
15.00 Kupcie sobie zamek! 2
15.55 TkaniNOWE kreacje (2, 3)
16.50 Gardeners' World 16 (29)
18.00 Ucieczka na wieś 22 (2)
18.55 Wielkie projekty: nasza ulica 3 (1) – dok., Wlk. Bryt.
20.00 Daleko od miasta 15
21.00 Cudotwórcy 7 (21) – mag.
21.50 Letnie inspiracje (4)
22.00 Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8 (6)
22.30 Patent na zieleń (7)
22.55 Daleko od miasta 14 (7)

HGTV HD

9.05 Remontujemy dom na plaży 5 (13) – pr. rozr.
10.00 Pokochaj swój ogród 8
11.00 Zarobić na remoncie 10
11.31 Usterka 11 (29, 30)
13.00 Zbudujemy fajny dom 2
14.00 Zbudujemy fajny dom (5)
15.00 Mieszkanie na miarę
17.00 Polowanie na ogród 6
18.10 Zgłoś remont 4 (2) – rozr.
19.05 Będzie pięknie (6) – rozr.
20.05 Dorota inspiruje 3 (3)
21.00 Dorota was urządzi!
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 5 (3-6) – pr. rozr.
0.40 Kupujemy dom na plaży 28 (4, 5) – dok.

P! Premiera w TV

STACJE DZIECIĘCE | STACJE INFORMACYJNE

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (288) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (905, 906) – serial paradokumentalny, Polska 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (351-353) – serial paradokumentalny, Polska 2023
11.30 **Trudne sprawy** (939) – serial paradokumentalny, Polska 2020
12.30 **Dlaczego ja?** (1508, 1509) – serial paradokum., Pol. 2025
14.30 **Świat według Kiepskich** (479-483) – serial komediowy, Polska

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 **Wydarzenia**
6.45 **SuperLudzie Extra** (56) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (690, 691) – paradok.
7.55 **Doktor Martin** (35, 36) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **SuperLudzie 2** (25, 26) – serial dok.
11.30 **Świat według Kiepskich** (415-418)
13.30 **Bitwa o palety** (17)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6** (55)
16.00 **Ninja Warrior Polska** (25)
17.55 **Świat według Kiepskich** (491, 492, 534, 535)
20.00 **Złomiarze** (47) – dok.

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (210, 211) – serial dokum., Polska
6.55 **Policjantki i Policjanci** (685, 686) – serial obyczajowy, Polska 2020
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (4, 5) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (112-114) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1188) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (21, 22) – serial kryminalny, Polska 2023-2024
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (6, 7) – serial sensacyjny, Niemcy 1996

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a 2** (2) – krym.
6.55 **Śledztwa siostry Bonifacji 2** (3, 4)
8.40 **Lewis 3** (7) – krym.
9.40 **Ojciec Brown 13** (3)
10.40 **Śmierć pod palmami 14** (5)
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 2** (2) – krym.
12.55 **Śledztwa siostry Bonifacji 2** (5, 6)
14.55 **Ojciec Brown 6** (7)
15.55 **Lewis 3** (7) – krym.
17.00 **My Life is Murder 2** (1) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 19** (5) – krym., Wlk. Bryt. 2016
19.55 **Śmierć pod palmami 14** (6) – serial kryminalny

TVP ABC DVB T2

9.30 **Domisie** – dla dzieci
10.00 **Zagadki zwierzogromadki** (14) – mag. dla dzieci
10.20 **Bolek i Lolek wyruszają w świat**
10.45 **Pamiętnik Florki**
11.05 **Małe i duże przygody Miffy** (38)
11.20 **Świnka Peppa**
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam** (16, 17)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.55 **Halo, halo!** (78)
13.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (92) – mag.
13.20 **Pszczółka Maja** (45)
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**
14.30 **Świnka Peppa 8**
14.45 **Kid Lucky** (23, 24)
15.15 **Al-chemik** (39) – mag.

TVN 24 HD

8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach**
20.00 **Kropka nad i** – publ.
20.30 **Czarno na białym**

KRYMINALNY

17.00 **48h. Zaginieni** (135, 136) – Pol. 2022

Znika 12-letnia Hania. Ostatnią osobą, z którą miała kontakt, była jej mieszkająca w Niemczech babcia. Pojawia się podejrzenie, że za zaginięciem stoi gang narkotykowy.

19.00 **Gliniarze** (985)
20.00 **Ślad** (61) – krym., Pol.
21.00 **Gliniarze** (780)
22.00 **Ambulans** (4) – dok.
23.00 **Świat według Kiepskich** (343, 344)
0.00 **Ślad** (85) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (4)
2.05 **Wydarzenia**
2.55 **Ewa gotuje** (537, 538)

THRILLER

21.00 **Bez snu** – USA 2017, wyk. Jamie Foxx, 120 min
FILM

Funkcjonariusz na prośbę partnera bierze udział w kradzieży narkotyków. Po nieudanym skoku jego syn zostaje porwany przez mafię. Ojciec rozpoczyna wyścig z czasem.

23.00 **Piekarz** – film sensacyjny, Kanada/USA 2022, 135 min
FILM
1.15 **Świat według Kiepskich** (92, 328-331) – kom.
3.50 **Nasz nowy dom** (223, 224) – reality show, Polska 2021

SENSACYJNY

18.00 **Strażnik Teksasu** (12, 13) – USA

Trent, który ma zeznawać w procesie przeciw niebezpiecznemu gangsterowi, zostaje brutalnie zaatakowany. Walker musi jak najszybciej odszukać jego napastnika.

20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (181, 182)
22.00 **Czarna lista** (15)
23.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (695, 696) – krym., Pol.
1.00 **Kości** (95, 96) – krym.
3.00 **Cobra Kai** (17)

KRYMINALNY

21.00 **McDonald i Dodds 2** (1) – Wlk. Bryt.

Pięcioro przyjaciół odbywa lot balonem. Wraca czworo z nich. Ostatni, Frankie, zostaje znaleziony martwy. McDonald i Dodds sprawdzają, czy był to wypadek.

22.55 **Na niebieskich światłach 2** (6)
0.00 **Śledztwa siostry Bonifacji 2** (6) – krym.
1.00 **Śmierć pod palmami 14** (6)
2.10 **Morderstwa w Midsomer 19** (5)
4.00 **My Life is Murder 2** (1) – serial kryminalny

ANIMOWANY

15.35 **Bella i Sebastian** – Fr./Kanada 2017

Odważny i ciekawy świata Sebastian oraz jego suczka Bella przeżywają kolejne fascynujące przygody w malowniczych Alpach.

16.05 **Krecio** (7, 8) – anim.
16.35 **Rev i Roll** (23, 24)
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik** (9, 10)
18.00 **Kucharz Shane**
18.25 **Leo da Vinci 2**
19.00 **Tyciaki**
19.20 **44 Koty**
19.45 **Bazgrolinka**
19.50 **Czytanie przed spaniem**

MAGAZYN

21.00 **Polska i świat**

Program Marty Kuligowskiej, w którym prowadząca podsumowuje wydarzenia, budzące szczególne zainteresowanie wśród polskich obywateli.

22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.27 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.20 **Kropka nad i** – publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.10 **Akademia ogrodnika** – mag.
3.20 **Kropka nad i** – publ.
3.45 **Tak jest** – pr. publ.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (1-3)
9.10 **Wojny magazynowe**
10.05 **Wojny kontenerowe** (3, 4) – serial dokumentalny
11.05 **Hardkorowy lombard** (141-146) – serial dok., USA
14.00 **Polacy za granicą** (129, 130) – serial dokum.
16.00 **Złomiarze** (13, 14) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii** (129-132) – serial dok., Pol.
20.00 **Zawód glina** (11) – dok.
21.00 **Złomiarze** (52) – dok., Pol.
22.00 **Więzienie** (229) – dok., Pol.
22.35 **Łowca pedofilów** (241)
23.05 **Więzienie** (170-179) – dok.
4.05 **Starożytni kosmici** (45, 46) – serial dok., USA

FOOD NETWORK HD

8.20 **Kuchenne rewolucje** (6)
9.20 **Gotowanie na ranczu z Guyem** (10-12) – mag.
11.00 **Sztuka mięsa** (1-4) – mag.
13.15 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi**
14.20 **24/24** (1) – maraton kulin.
16.20 **Kuchenne rewolucje** (12)
17.20 **Odkrycia Magdy Gessler** (3) – magazyn kulinarny
17.55 **Apetyt na miłość** (9)
18.55 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (8)
19.55 **Bójka na plaży** (6) – dok.
20.55 **Ogniem i patelnią 3** (7)
22.00 **Pyszne miejscówki** (8)
23.05 **Akcja: Restauracja!** (5)
0.05 **Człowiek kontra jedzenie** (13, 14, 1) – mag.

POLSAT RODZINA HD

10.25 **Sąsiedzi** (10) – serial anim.
10.35 **Świat z góry. Jedwabny Szlak** (2) – dok., Singapur
11.40 **Bogaty dom – biedny dom** (114) – reality show
12.40 **Rodzina zastępcza** (199, 200) – kom., Pol. 2005
14.40 **Niezwykłe konstrukcje**
15.50 **Cuda oceanu** (1, 2) – dok.
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru** (30-33)
19.00 **Rodzina zastępcza** (296)
20.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (14, 15) – kom.
21.05 **Miodowe lata** (87) – kom.
21.55 **Nasz nowy dom**
23.50 **Nieznane zdjęcia Hitlera** (2, 3) – serial dok., Wlk. Bryt.

BBC LIFESTYLE HD

10.30 **Ekskluzywne hotele** (1)
11.30 **Wielkie brytyjskie wypieki 12** (3, 4) – pr. rozr.
13.45 **Wielkie projekty: Dom Roku 7** (2) – pr. rozrywk.
14.40 **Mistrzowie szycia 11** (5)
15.40 **Zapraszam do stołu 22**
17.45 **Najpiękniejsze domy: Nowa Zelandia** (4) – rozr.
18.45 **Mistrzowie ceramiki 3**
19.45 **Wielkie brytyjskie wypieki 12** (5) – pr. rozr.
21.00 **Mistrzowie szycia 11** (6)
22.00 **Zapraszam do stołu: profesjonaliści** (4) – rozr.
23.00 **Wstydliwe choroby** (2)
0.00 **Wielkie taneczne show 20** (22, 23) – pr. rozr.

NICK JR. HD

16.40 **Psi Patrol 6** (16) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa** (10)
17.10 **Rubble i jego ekipa 4** (9)
17.30 **Pan Krokodyl** (3) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (12) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd 2** (10) – serial animowany
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (13)
19.25 **Przygody Misia Paddingtona** (9, 12)
20.00 **Świnka Peppa 3**
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (24) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (10-12) – anim.
22.20 **Psi Patrol 3** (1) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza** – pr. publ.
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

14.00 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (10) – teleturniej
14.30 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka**
15.00 **Piękno, zgłoś się!** (8)
15.30 **Ojciec Mateusz 33** (425, 426) – krym., Pol. 2025
17.25 **Wyspy Kanaryjskie** (3)
18.30 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (3) – talk-show
19.30 **Miłość i nadzieja** (284)
20.30 **Wichrowe wzgórze** (265) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (259) – obycz.
22.30 **Kobieta sukcesu** – komedia romantyczna, Polska 2018, 115 min
FILM

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka** (3)
12.30 **Z kamerą u Kardashianów**
14.20 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (7, 8) – rozr.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (5, 6)
20.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (9) – pr. rozr.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów**
3.00 **Plastyczna fuszerka** (3)

TV TRWAM DVB T

17.00 **Po stronie prawdy** – Pol.
17.55 **Poczet wielkich Polaków** – program hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – pr. publ.
19.20 **Odnaleźć siebie** (31)
19.30 **Bóg z nami** (4) – anim.
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia** – program publicystyczny
22.00 **Przetrwaliśmy**
22.30 **Edek – idol na dziś**

BBC BRIT HD

9.20 **The Best of Top Gear Series 29 & 30** (3) – mag.
10.25 **Warsztat Hammonda 4**
11.25 **Narodziny miliarderów**
12.30 **Top Gear 6** (9) – mag.
13.35 **Warsztat Hammonda 4**
14.35 **Cuda inżynierii 6** (1)
15.40 **Najsłabsze ogniwo** (8)
16.45 **Narodziny miliarderów**
17.50 **Top Gear 6** (10) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 6** (1)
20.00 **Narodziny miliarderów**
21.00 **Bolsonaro: chłopcy z Brazylii** (2) – serial dok.
22.00 **USA kontra Chiny: starcie supermocarstw**
23.15 **Top Gear 6** (9) – mag.
0.20 **Najsłabsze ogniwo** (8)

MINI MINI+ HD

15.36 **Jeżyk Happy** (19, 20)
15.55 **Mały Charlie** (7) – anim.
16.05 **Mega Ekspres** (13, 14)
16.30 **Ciekawski George** (5)
17.00 **Strażak Sam 16** (9, 10)
17.25 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.56 **Smerfy** (26) – serial anim.
18.25 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia** (3, 4) – serial anim., Japonia
18.50 **Baczne oczka** (1, 2)
19.05 **Kicia Kocia 2** (2, 3) – anim.
19.25 **Mały Charlie** (7) – anim.
19.36 **Jeżyk Happy** (19, 20)
19.52 **Basia 2** (4) – serial anim.
20.05 **Wierszyki domowe**
20.35 **Dolina Muminków 2** (5)

TVP 3 DVB T2

12.30 **Górna półka smaku**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Daję słowo – Maciej Orłoś** – talk-show
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia**
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.13 **Gość Regionów** – pr. publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów** – inf.
22.30 **Złoty chłopak** (180) – serial obycz., Turcja 2022

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

Warto zobaczyć

14.45 TVP KULTURA
Cwał
KOMEDIODRAMAT Lata 50. Hubert zamieszkuje u przyjaciółki matki, Idalii. Ekscentryczna była ziemianka ma swoisty układ z komunistami. *Reż.: Krzysztof Zanussi, A: Maja Komorowska, Bartosz Obuchowicz Polska 1995* **120 min ► do godz. 16.45**

15.25 KINO POLSKA
Papierowe małżeństwo
KOMEDIA OBYCZAJOWA Polka decyduje się na fikcyjne małżeństwo z Anglikiem. Przez niego wpada w tarapaty. *Reż.: Krzysztof Lang, A: Joanna Trzepiecińska, Gary Kemp, Michał Szwejlich Polska 1991* **100 min ► do godz. 17.05**

16.20 ALE KINO+
Konie Valdeza
WESTERN Jamie przybywa na farmę hodowcy koni. Pewnego dnia jedna z klaczy rani się o drut rozciągnięty przez sąsiada. Konflikt narasta. *Reż.: John Sturges, A: Charles Bronson, Jill Ireland, Marcel Bozzuffi Francja/Hiszp. 1973* **115 min ► do godz. 18.15**

18.10 WARNER TV
Sok z żuka
HORROR KOMEDIOWY Młodzi małżonkowie giną w wypadku i wracają do swojego domu jako duchy. Chcą przepędzić nowych lokatorów. *Reż.: Tim Burton, A: Alec Baldwin, Geena Davis, Michael Keaton USA 1988* **105 min ► do godz. 19.55**

18.25 HBO
Wyśnione piosenki
OBYCZAJOWY Utalentowana Charlotte nigdy nie poznała ojca, znanego piosenkarza. Zostaje poproszona o udział w imprezie na jego cześć. *Reż.: Nick Wilson, A: Jessica Belkin, Malin Akerman, Jacob Bond USA 2025* **95 min ► do godz. 20.00**

18.30 FILMBOX+ HITS
Melodia wiatru
OBYCZAJOWY Ośmioletni mieszkaniec Boliwii gubi się na ulicach La Paz. Będąc setki kilometrów od domu, przeżywa wiele niezwykłych przygód. *Reż.: Yvette Paz Soldan, A: Sebastian Carrasco, Francisco Miranda Boliwia 2019* **90 min ► do godz. 20.00**

20.00 HBO
Bez hitu
KOMEDIA Po próbie samobójczej piosenkarz trafia na oddział psychiatryczny. Doktor Waldstett angażuje go do pionierskiego programu. *Reż.: Florian Dietrich, A: Florian David Fitz, Nora Tschirner, Udo Samel Niemcy 2025* **120 min ► do godz. 22.00**

20.00 C+ PREMIUM
The Killer
THRILLER Zee, zabójczyni pracująca dla mafii, po akcji w klubie nocnym, postanawia chronić niewidomą piosenkarkę. Staje się celem morderców. *Reż.: John Woo, A: Nathalie Emmanuel, Omar Sy, Diana Silvers USA/Kanada 2024* **125 min ► do godz. 22.05**

→ filmowe hity

Śmiałkowie czuwają nad bezpieczeństwem kraju. Mierzą się z takimi wrogami jak Rasputin.

22.30 POLSAT
King's Man: Pierwsza misja

KOMEDIA SENSACYJNA Agenci muszą pomieszać szyki złowrogiej organizacji.

HIT DNIA Początek XX wieku. Książę Oxfordu, Orlando, po śmierci swojej ukochanej żony samotnie wychowuje jedynego syna Conrada. W obliczu nadciągającej wojny zakłada niezależną agencję wywiadowczą, której celem jest zapewnienie bezpieczeństwa obywatelom Wielkiej Brytanii. Razem z kompanami musi zmierzyć się ze zbrodniczą organizacją zwaną Stadem. Przewodzi jej tajemniczy Pasterz, na którego usługach pozostają czarne charaktery, w tym kaznodzieja Rasputin, agentka Mata Hari, iluzjonista Erik Jan Haussen oraz zamachowiec Gavriło Princip. Orlando może liczyć na pełnego zapału do walki Conrada i służących należących do jego szpiegowskiej siatki, Polly Wilkins i Sholę. **HD 160 min ► do godz. 1.10**

USA/Wielka Brytania 2021 **Reż.:** Matthew Vaughn **Wyst.:** Ralph Fiennes, Shaun McKee, Djimon Hounsou

20.00 TVN 7
Bękarty
KOMEDIA PRZYGODOWA Helen przez całe życie wmawiała synom, Kyle'owi (Owen Wilson) i Peterowi, że ich ojciec zmarł, zanim mogli go poznać. Pewnego dnia wychodzi na jaw, że to nieprawda. Bracia chcą go odnaleźć.

Reż.: Lawrence Sher Wyst.: Ed Helms USA 2017 **HD 145 min ► do godz. 22.25**

20.00 KINO POLSKA
Horror Story
CZARNA KOMEDIA Tomek (Jakub Zając), absolwent bankowości, nie może znaleźć pracy. Swoimi rozterkami dzieli się z pozostałymi lokatorami willi, w której wynajął pokój od ponętnej Soni (Michalina Olszańska).

Reż.: Adrian Apanel Wyst.: Konrad Eleryk Polska 2023 **120 min ► do godz. 22.00**

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

Reż.: Andrzej Wajda Wyst.: Ewa Dałkowska Polska 1990 **HD 125 min ► do godz. 22.10**

22.25 TVN 7
Na twoim miejscu
KOMEDIA Pracujący w korporacji Krzysiek (Miron Jagniewski) i przedszkolanka Kasia, rodzice małego Tadzia, w magiczny sposób zamieniają się ciałami. W końcu zaczynają rozumieć siebie nawzajem i doceniać swoje starania.

Reż.: A.G. Munoz Wyst.: Paulina Gałązka Polska 2023 **HD 130 min ► do godz. 0.35**

22.30 TVP KOBIETA
Jak pies z kotem
KOMEDIODRAMAT Reżyser Janusz (Robert Więckiewicz) dowiaduje się, że jego brat Andrzej (Olgierd Łukaszewicz) doznał udaru. Postanawia się nim zaopiekować. Dla obu mężczyzn ta sytuacja jest wyzwaniem.

Reż.: Janusz Kondratiuk Wyst.: Bożena Stachura Polska 2018 **115 min ► do godz. 0.25**

23.00 TV PULS
Igrzyska śmierci: Kosogłos. Część 1
SCIENCE FICTION Katniss (Jennifer Lawrence) zostaje symbolem rebeliantów wspierających prezydent Coin w dążeniach do obalenia tyrana. Weteranka krwawych turniejów zamierza sama zabić Snowa.

Reż.: Francis Lawrence Wyst.: Jennifer Lawrence USA 2014 **HD 140 min ► do godz. 1.20**

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

→ filmowe hity

Odważna postawa Peety i Katniss staje się inspiracją dla buntowników.

20.00 TV PULS Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia

SCIENCE FICTION Buntownicy znów stają do morderczej rywalizacji.

HIT DNIA Przyszłość, totalitarne państwo Panem. Peeta i Katniss jako zwycięzcy igrzysk odbywają obowiązkową podróż po kraju. W jej trakcie dowiadują się, że ich buntownicza postawa w trakcie turnieju zapoczątkowała falę zamieszek. Tymczasem prezydent Snow ogłasza termin 75. edycji krwawych zawodów. Chce, aby wzięli w nich udział poprzedni triumfatorzy. Tym razem jednak ich rywalami nie będą amatorzy, lecz świetnie wyszkoleni zabójcy. HD 180 min ▶ do godz. 23.00

USA 2013 **Reż.:** Francis Lawrence **Wyst.:** Jennifer Lawrence, Liam Hemsworth, Jack Quaid, Elizabeth Banks, Josh Hutcherson

→ sport

20.00 POLSAT Polska – Turcja
SIATKÓWKA LIVE W tym roku kapitanem reprezentacji Polski jest Aleksander Śliwka. Większość poprzedniego sezonu bronił on barw Halkbanku Ankara. Jego wiedza o tureckim siatkarzach może być przydatna w przygotowaniach kadry do tego meczu Ligi Narodów. HD 150 min ▶ do godz. 22.30

21.50 TVP 1 Ekwador – Niemcy
PIŁKA NOŻNA LIVE Reprezentacja naszych sąsiadów słynie z ofensywnego usposobienia. Nawet dla niej jednak przechytrzenie ekwadorskiej defensywy może być wyzwaniem. Trójkolorowi w eliminacjach MŚ stracili tylko 5 goli w 18 meczach. HD 165 min ▶ do godz. 0.35

→ rozrywka

20.50 TVN Kuchenne rewolucje
REALITY SHOW Restauracja Pizzalover w Lublinie pomimo ciepłej atmosfery i dobrej kuchni nie przynosi zysków, a jej właściciel Dawid wpada w coraz większe długi. Magda Gessler próbuje odkryć, na czym polega tajemnica tego miejsca. HD 70 min ▶ do godz. 22.00

20.55 FOOD NETWORK Miasto smaków Guya Fieriego
REALITY SHOW Flavortown to miasto stworzone przez Guya Fieriego. Zaprasza on do niego przyjaciół na wspólne posiłki, a szefom kuchni rzuca kulinarne wyzwanie. Zwycięzca rywalizacji zdobędzie 20 tys. dol. HD 65 min ▶ do godz. 22.00

→ P!

20.10 ALE KINO+ Sny o miłości
KOMEDIODRAMAT Siedemnastoletnia Johanne (Ella Overbye) zakochuje się w charyzmatycznej nauczycielce Johannie (Selome Emnetu). Opisuje własne uczucia. Jej wyznania znajdują mama i babcia, która jest poetką.
Reż.: Dag Johan Haugerud Wyst.: Ane Dahl Torp Norwegia 2024 HD 135 min ▶ do godz. 22.25

22.00 TVN Nie wszystko złoto, co się świeci
KOMEDIA PRZYGODOWA Po latach poszukiwań Ben (Matthew McConaughey) trafia na trop zatopionego okrętu. Ma nadzieję, że tym razem szczęście mu dopisze. W misji towarzyszy mu była żona.
Reż.: Andy Tennant Wyst.: Kate Hudson USA 2008 HD 130 min ▶ do godz. 0.10

0.50 TVP 1 Japonia – Szwecja
PIŁKA NOŻNA LIVE Reprezentacja Kraju Kwitnącej Wiśni rozegrała w tym roku trzy sparingi. Wszystkie wygrała 1:0. Jeśli w boju z ekipą Trzech Koron pokaże równie solidny futbol, może zakończyć zmagania w grupie F mocnym akcentem. HD 150 min ▶ do godz. 3.20

21.00 HISTORY Klątwa Wyspy Dębów 13
REALITY SHOW Zespół zdobywa informacje na temat drogi na mokradłach. Odkrycie z terenu Studni Pieniędzy sugeruje, że klucza do rozwiązania zagadki wyspy należy szukać daleko poza jej granicami. HD 60 min ▶ do godz. 22.00

23.05 TV 4 Terminator: Ocalenie
THRILLER SF Rok 2018. Światem rządzą maszyny. Ludzie organizują ruch oporu. Jeden z dowódców planuje atak na system sztucznej inteligencji. Dołącza do nich nieznajomy (Sam Worthington).
Reż.: McG Wyst.: Christian Bale, Anton Yelchin USA/Niem. 2009 HD 145 min ▶ do godz. 1.30

23.50 TVP 2 Żona do podziału
KOMEDIA François (Franck Dubosc) wraz z żoną (Pascale Arbillot) prowadzi hotel nad morzem. Zabiega o prestiżowe wyróżnienie. Nieoczekiwanie w życiu pary pojawia się pierwszy mąż kobiety, którego uznano za zmarłego.
Reż.: Florent-Emilio Siri Wyst.: Gérard Lanvin Francja 2015 HD 90 min ▶ do godz. 1.20

0.50 TVP SPORT Tunezja – Holandia
PIŁKA NOŻNA LIVE Orły Kartaginy w eliminacjach MŚ nie pozwoliły sobie strzelić gola. To dobrze pokazuje charakter tej drużyny. Pomarańczowi jednak nie z takimi liniami obronnymi sobie radzili. Czy w Kansas City potwierdzą swoją klasę? HD 160 min ▶ do godz. 3.30

→ dokument

22.00 HBO Przeznaczenie: Historia Pogány Induló
BIOGRAFIA Opowieść o najsłynniejszym węgierskim raperze. Karierę artysty przerywały kolejne epizody uzależnienia i załamania nerwowego. HD 80 min ▶ do godz. 23.20

TVP 1 HD DVB-T2

5.00 Złoty chłopak (319) – serial obyczajowy, Turcja 2022
5.50 Akacjowa 38 (884) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Pełnia wiary – magazyn religijny
8.00 Serwis Info – program inform.
8.05 Pogoda Info
8.10 Czterdziestolatek (19)
9.05 Ranczo 5 (65) – obycz., Pol. 2011
9.55 Liturgia prawosławna w Jabłecznej – program religijny
11.25 63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej
12.00 Serwis Info – program inform.
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda – program inform.
12.45 To się opłaca – magazyn
13.00 Sprawa dla reportera – mag.
14.00 Złoty chłopak (320)
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1054)
16.00 Dziedzictwo (959) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (898) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.30 Ojciec Mateusz 27 (350) – serial kryminalny, Polska 2022
21.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

TVP 2 HD DVB-T2

5.30 M jak miłość (1781) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.20 Operacja zdrowie (82) – magazyn medyczny
6.55 Barwy szczęścia (3340) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Rodzinka.pl (22, 23): Wakacje; Powrót – serial komediowy, Polska 2011
12.35 Koło fortuny (1870) – teleturniej
13.15 Panna młoda (129) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (997) – teleturniej
14.35 Na sygnale (862): Gdzie drwa rąbią – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (419) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Mercedes zabiera zwłoki córki do rodzinnego pałacu, a Manuel ma żal do Abla, że ten ukrył przed nim prawdę. Po powrocie z Martos Virtudes oznajmia matce, że pogodziła się z bratem.
16.00 Koło fortuny (1871) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (130) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (998) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3340) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (12) – teleturniej
20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (12) – teleturniej

POLSAT HD DVB-T2

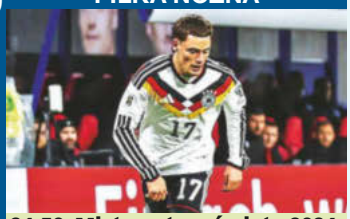
4.40 Disco Gramy
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.25 Malanowski i partnerzy (306, 307): Ciche pożegnanie; Bez szwanku – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.25 Trudne sprawy (1237, 1238) – paradok., Polska 2024
Biznesmen decyduje, że przed ukończeniem 50. roku życia powita na świecie potomka, który w przyszłości przejmie jego interesy. Załamuje się, gdy badania wykazują, że jest bezpłodny.
11.30 Gliniarze (852, 853) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1482, 1483) – paradok., Polska 2025
Po śmierci męża Monika zostaje pozbawiona domu i środków do życia. Przeprowadza się do syna, Bartosza. Popada w konflikt z jego żoną. Szef mężczyzny oferuje pomoc w rozwiązaniu sytuacji.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1049, 1050) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Zamordowano bezdomnego mężczyznę, który niegdyś był znanym w stolicy włamywaczem. Kluczem do rozwiązania tej zagadki zbrodni okazują się wydarzenia z przeszłości.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

TVN HD DVB-T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1679) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (10): Rawicz – Głodny Polak – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Doradca smaku (30) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (3, 7): Grudziądz, Pod Kamienicą; Włocławek – Karczma Kujawska – program rozrywkowy
13.40 Ukryta prawda (1663, 1664, 1714) – paradok., Polska
Rolnik znajduje pobitego bezdomnego. Oferuje mu nocleg w stodole. Robi to bez zgody żony, która nie chce łożyć na dodatkową osobę w podupadającym gospodarstwie. Gość postanawia się im odwdzięczyć.
16.50 Szpital św. Anny (54) – serial obyczajowy, Polska 2025
Zosia żegna się z zespołem SOR-u. Do ekipy dołącza Bilewicz. Podczas pierwszego dyżuru przyjmuje 22-latka z podejrzeniem zapalenia płuc.
17.55 Detektywi (178) – serial fab.-dok., Polska 2025
Znaleziono ciało Jerzego Cyklińskiego. Jakub Nowacki kieruje podejrzenia na żonę denata. Uważa, że kobieta podczas ich wspólnego wieczoru podała mu środki nasenne.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4235) – serial obyczajowy, Polska 2026 (player)

20

PIŁKA NOŻNA



21.50 Mistrzostwa świata 2026: mecz grupy E: Ekwador – Niemcy (LIVE)

Podopieczni Juliana Nagelsmanna zakończą rywalizację w fazie grupowej spotkaniem z ćwierćfinalistą ostatniego Copa América. Czy wywiążą się w potyczce z Ekwadorem z roli faworytów? W dwóch poprzednich mundialach mistrzowie świata z 2014 roku nie zdołali awansować do play-off. Teraz liczą na przełamanie złej passy.

0.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
0.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy F: Japonia – Szwecja (LIVE)
W Dallas dojdzie do pierwszego od 24 lat spotkania zespołu z Kraju Kwitnącej Wiśni z ekipą Trzech Koron. Mecz towarzyski z 2002 roku zakończył się remisem 1:1. Japończycy byli rewelacją poprzedniego czempionatu globu. W fazie grupowej pokonali m.in. Niemców i Hiszpanów, a w 1/8 finału ulegli późniejszym brązowym medalistom Chorwatom.
3.20 Zakończenie

ROZRYWKOWY

20.55 Kocham Cię, Polsko! (3)

W drużynie Filipa Gurłacza zagrają Łukasz Kadziewicz, Grzegorz Halama i Robert Koszucki, zaś w ekipie Michała Koterskiego – Joanna Jędrzejczyk, Olga Łasak i Anna Mucha. Show prowadzi Marzena Rogalska. Gościem specjalnym będzie Anna Wyszkoni.

22.25 Daleko od szosy (3): Ania – serial obyczajowy, Polska 1976
23.50 Żona do podziału – komedia, Francja/Belgia 2015, reż. Florent-Emilio Siri, wyk. Franck Dubosc, Gérard Lanvin, Pascale Arbillot, Audrey Dana, 90 min (FILM)
François prowadzi wraz z żoną Charlotte luksusowy hotel oraz restaurację nad morzem. Zabiega o prestiżowe wyróżnienie. Nieoczekiwanie w życiu pary pojawia się Alex – pierwszy mąż kobiety, który dotąd był uznawany za zmarłego.
1.20 Kruk. Szepty słychać po zmroku (5, 6-ost.) – serial kryminalny, Polska 2018
3.30 Akacjowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015
4.20 Zakończenie

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

20.00 Liga Narodów: mecz: Polska – Turcja (LIVE)

Męska reprezentacja Turcji nie ma tak mocnej pozycji jak żeńska drużyna. Nie jest też tak silna jak liga tego kraju. Biało-Czerwoni nie powinni więc mieć problemów z pokonaniem ekipy znad Bosforu. Trzy ostatnie mecze z nią wygrali bez straty seta.

22.30 King's Man: Pierwsza misja – komedia sensacyjna, USA/Wielka Brytania 2021, reż. Matthew Vaughn, wyk. Djimon Hounsou, Ralph Fiennes, Shaun McKee, Peter York, 160 min (FILM, HIT DNIA)
Szpiegowska opowieść z udziałem fikcyjnych i historycznych postaci. Początek XX wieku. Książę Orlando zakłada agencję wywiadowczą, która mierzy się ze zbrodniczą organizacją zwaną Stadem.
1.10 To tylko seks – komedia romantyczna, USA 2011, reż. Will Gluck, wyk. Justin Timberlake, Mila Kunis, Patricia Clarkson, Jenna Elfman, 145 min (FILM)
3.35 Nasz nowy dom (367) – reality show

ROZRYWKOWY

20.50 Kuchenne rewolucje (3): Lublin – Pizzalover

W swojej restauracji Dawid serwuje autorską pizzę i zaraża wszystkich pasją do pracy. Pomimo ciepłej atmosfery i dobrej kuchni jego lokal nie przynosi zysków, a właściciel wpada w coraz większe długi. Magda Gessler spróbuje odkryć, w czym tkwi problem.

22.00 Nie wszystko złoto, co się świeci – komedia przygodowa, USA 2008, reż. Andy Tennant, wyk. Matthew McConaughey, Kate Hudson, Donald Sutherland, Alexis Dziena, 130 min (FILM)
0.10 Starsky i Hutch – komedia sensacyjna, USA 2004, reż. Todd Phillips, wyk. Owen Wilson, Ben Stiller, Snoop Dogg, Fred Williamson, 135 min (FILM)
2.25 Szpital św. Anny (122) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.25 Uwaga! – magazyn reporterów
3.45 Największe polskie katastrofy (2) – serial dokum.
4.45 Nauka jazdy 5 (9) – program rozrywkowy
5.10 Recepta na stary dom 4 (7) – program rozrywkowy

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.20 Ten moment (44) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (749-751) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1327, 1423, 1424) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1066-1068): Książę; Princeska; Głupek – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 Detektywi (111): Maska – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 Szpital (757) – serial paradokumentalny, Polska 2018
16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (498, 499): Zapleśniały dom; Grube dziewczyny – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (7) – serial paradokumentalny, Polska 2018
19.00 Ukryta prawda (1518) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Karolina przejmuje firmę od ojca. Zostaje potrącona przez samochód. Szczęśliwie jej stan ulega poprawie. Pewnego dnia znajduje w torbie męża damską bieliznę. W jej ręce trafiają również zdjęcia będące dowodem jego niewierności.

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (18, 19): Francuski numer; Ustawka – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (17, 18): Wypalenie; Powaga życia – serial sensacyjny, Niemcy 2015
10.00 Maria z przedmieścia (33, 34) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (103) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (37) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (22) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (516, 517) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (23) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Jowita ciągle żyje w poczuciu zagrożenia z powodu pandemii. Często zamawia usługi kurierskie. Adam organizuje wyjątkową randkę, by przełamać jej lęk.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (960, 961) – serial obyczajowy, Polska 2026
Izabela nie może pogodzić się z tym, że jej czternastoletni syn jest w spektrum autyzmu i stanowi zagrożenie dla otoczenia. Chłopiec uczęszcza do publicznej szkoły, a hałas wywołuje u niego ataki agresji.

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 20 (2) – pr. rozrywk.
6.25 Superthings: Kazoom Power (5, 6) – serial anim., Hiszp. 2024
6.40 Smerfy 2 (41) – serial anim.
6.55 Jeżyk i Przyjaciele (6, 5) – serial animowany, Polska 2023
7.30 Psi Patrol (13) – serial anim.
7.50 Superkoty (6) – serial anim., USA
8.30 Myszka Miki: Frajdomek 2 (56) – serial anim., USA 2022
8.50 Masza i Niedźwiedź 2 (1, 2) – serial animowany, Rosja 2014
9.20 Świnka Peppa (23, 24) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
9.30 Bing 4 (13, 14) – serial anim.
9.45 Basia (5, 6) – serial anim., Polska
10.10 Jeżyk i Przyjaciele (4) – anim.
10.35 Spidey i superkumple 2 (35, 34) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (27, 28) – serial anim., Fr. 2021
12.00 Psi Patrol 8 (1) – serial anim.
12.35 Marta mówi (6) – serial anim.
13.00 Smerfy (149) – anim., Bel. 1984
13.35 Gumisie 4 (2) – serial animowany
14.00 Kacze opowieści (63, 64) – serial animowany, USA 1987
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (16, 17) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
16.00 Fineasz i Ferb (26) – serial anim.
16.35 Fineasz i Ferb 2 (1) – anim., USA
17.00 Smerfy (148) – anim., Bel. 1984
17.35 Gumisie 4 (1) – serial animowany

NETFLIX

ROZWODNICY

Kinga (Magdalena Popławska) i Jacek (Wojciech Mecwaldowski) podejmują starania, by Kościół unieważnił ich związek. Procedura wprowadza zamieszanie również w życie ich bliskich.
▶komediodram., Pol. 2024; 93 min

PRZEWODNIK PO ZBRODNI WEDŁUG GRZECZNEJ DZIEWCZYNKI 2

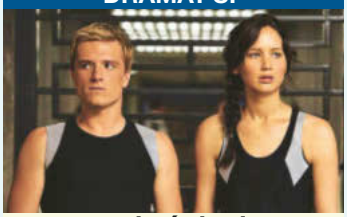
Jamie, brat Connora, niespodziewanie znika. Pip (Emma Myers) wbrew postanowieniom angażuje się w śledztwo.
▶krym. (6 odc.), Wlk. Bryt. 2026

W APTEKACH I ZIELARNIACH

Reutter CUKIERKI ŻEŃSZENIOWO-IMBIROWE – ZŁAP SIŁĘ I ODPORNOŚĆ!

REKLAMA

DRAMAT SF



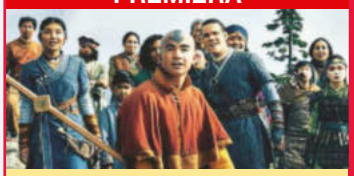
20.00 Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia – USA 2013, 180 min
FILM
Totalitarne państwo Panem. Katniss i Peeta jako zwycięzcy igrzysk śmierci odbywają podróż po dystryktach kraju. Tymczasem prezydent Snow zaczyna przygotowania do jubileuszowej edycji turnieju. Chce, by wzięli w nim udział poprzedni triumfatorzy. Katniss i Peeta stawiają czoło wyzwaniu.

23.00 Igrzyska śmierci: Kosogłos. Część 1 – dramat s.f., USA 2014, reż. Francis Lawrence, wyk. Jennifer Lawrence, Josh Hutcherson, Liam Hemsworth, Woody Harrelson, 140 min
FILM
Weteranka krwawych turniejów, Katniss, uchodzi z życiem z pogromu. Trafia do Dystryktu 13, w którym ukrywają się ci, którzy przetrwali zemstę Kapitolu.
1.20 Lombard. Życie pod zastaw 18 (956) – serial obyczajowy, Polska 2026
2.20 Dzielnica strachu 9 (395): Dzieciaki – serial kryminalny, Polska 2025
3.20 Zobacz to! – pr. powtórkowe

ANIMOWANY

18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (1, 2) – USA 2010-2012
Nieloty spotykają Rockguta, którego Skipper darzy bezgranicznym podziwem. Również ulegają czarowi agenta. Nie wiedzą, że ten w każdym zwierzęciu w zoo widzi swojego największego wroga, Czerwonego Wiewióra.
19.00 Kacze opowieści (62, 65) – serial animowany, USA 1987
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (968) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 Dzielnica strachu 9 (400, 401) – serial kryminalny, Polska 2025
23.00 Adrenalina 2: Pod napięciem – film sensacyjny, USA 2009, reż. Mark Neveldine, wyk. Jason Statham, Amy Smart, 120 min
FILM
1.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (633) – serial obyczajowy, Polska 2023
2.00 Lombard. Życie pod zastaw 9 (474) – serial obycz., Polska 2021
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (184, 185) – obycz., Polska 2019
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (495) – obycz.

PREMIERA



AWATAR: OSTATNI WŁADCA WIATRU 2

Po ocaleniu Północnego Plemienia Wody Aang, Katara i Sokka (Ian Ousley) kierują się do Królestwa Ziemi, by w Ba Sing Se zdobyć wsparcie przeciw Władcy Ognia Ozaiowi. Szybko wpadają w wir politycznych intryg i muszą zmierzyć się z bezwzględną księżniczką Azulą.
▶serial fantasy (7 odc.), USA 2024

KOLORY ZŁA: CZERWIEŃ

Ambitny prokurator Bilski (Jakub Gierszał) bada okoliczności śmierci Moniki (Zofia Jastrzębska), której zwłoki znaleziono na trójmiejskiej plaży. Nawiązuje współpracę z matką ofiary, sędzią Heleną Bogucką (Maja Ostaszewska). Odkrywa, że sprawa może mieć związek z innymi zbrodniami sprzed lat.
▶dram. krym., Polska 2024; 111 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.10 **FBI: Most Wanted 2** (15) – serial kryminalny
6.55 **FBI: Most Wanted 3** (1) – serial kryminalny
7.40 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (15, 16) – serial kryminalny
9.30 **Castle 2** (7, 8) – serial krym., USA 2009-2010
11.25 **MacGyver 2** (2, 3) – serial akcji, USA
13.25 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (17, 18) – serial kryminalny
15.10 **Agenci NCIS 10** (4, 5) – serial sensacyjny
17.10 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (3, 4) – serial krym., USA/Kanada 2002
19.10 **Castle 2** (9, 10) – serial kryminalny

TVP SERIALE

5.20 **Rodzinka.pl** (92, 93) – serial kom., Pol. 2013
6.25 **Na sygnale** (475, 476) – serial fab.-dokum.
7.35 **Ojciec Mateusz 2** (25) – krym., Pol. 2009
8.30 **Komisarz Alex 2** (14) – serial krym., Polska
9.30 **Rodzinka.pl** (94)
10.05 **Klan** (1441, 1442)
11.00 **Ranczo 8** (92, 93)
12.40 **Komisarz Alex 2** (15)
13.40 **Ojciec Mateusz 29** (376, 377) – krym., Pol.
15.35 **Komisarz Alex 2** (16) – serial krym., Polska
16.25 **Na sygnale** (477, 478) – serial fab.-dokum.
17.35 **Ranczo 8** (94, 95) – serial obycz., Polska
19.30 **Ojciec Mateusz 29** (378) – krym., Pol. 2023

TVP KULTURA HD

9.00 **Wakacje z duchami** (5, 6) – serial przyg.
10.15 **Meta** – film obycz., Polska 1971, 80 min
11.35 **Ciuciubabka** – film obyczajowy, Polska 1977, 60 min
12.35 **Reżyserzy** (1) – dok.
13.35 **Kariera Nikodema Dyzmy** (6) – obycz.
14.45 **Cwał** – komediodram., Pol. 1995, 120 min
16.45 **Wakacje z duchami** (7-ost.) – serial przyg.
17.20 **Siedem życzeń** (1)
18.15 **Dzień, w którym umarła gwiazda rocka** – serial dokum.
18.55 **Pan wzywał, milordzie? 3** (7)
20.00 **Czwartkowy klub filmowy** – mag. film.

ALE KINO+ HD

6.30 **Polska z góry 4** (8) – serial dok., Pol. 2019
7.00 **Wyraj** – film krótkometraż.
7.35 **Królowa chmur** – film obyczajowy, Polska 2003, 105 min
9.20 **The Hero** – film krótkometraż.
10.00 **Van der Valk 3** (1) – krym., Wlk. Bryt. 2023
11.55 **Vera 4** (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
13.50 **Perfect Days** – dram. obycz., Japonia/Niemcy 2023, 150 min
16.20 **Konie Valdeza** – western, Francja/Hiszpania/Włochy 1973, 115 min
18.15 **Vera 4** (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

10.30 **Łapu capu** – pr. rozr.
10.35 **Prawda czy fałsz. Psychologia trumpizmu** – film dokum., USA 2023
12.10 **Masz ci los!** – kom., Polska 2023, 90 min
13.40 **Cat's Eyes** (4) – przyg.
14.40 **Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego** – film dokum., Polska 2024
16.10 **Hollywood Buzz** – magazyn filmowy
16.35 **Kiedy nadchodzi jesień** – dram. obycz., Fr. 2024, 100 min
18.15 **Łapu capu** – pr. rozr.
18.20 **Kawałek po kawałku** – film animowany, USA/Dania 2024, 100 min

HBO HD

6.00 **Ona** – melodramat, USA 2013, 125 min
8.05 **Materialiści** – komedia romant., USA/Finlandia 2025, 115 min
10.00 **Nasienie świętej figi** – thriller, Francja/Niemcy/Iran 2024, 165 min
12.45 **Kaskader** – komedia sensacyjna, USA 2024, 125 min
14.50 **Król rozrywki** – musical, USA 2017, 105 min
16.35 **Istoty fantastyczne** – komediodramat, USA 2024, 110 min
18.25 **Wyśnione piosenki** – dramat obyczajowy, USA 2025, 95 min

20

SENSACYJNY

21.05 **Premiera: Agenci NCIS 20** (19)

Knight wyciąga z rozbitego auta matkę oraz jej dziecko. Sprawa przybiera poważniejszy obrót, gdy wychodzi na jaw, że kobieta mogła być celem ataku.

21.55 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (8) – krym.
22.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (3, 4) – serial krym.
0.40 **Castle 2** (9, 10) – serial kryminalny
2.35 **Agenci NCIS 20** (19)
3.25 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (8) – krym.

KRYMINALNY

20.30 **Komisarz Alex 24** (303) – Polska 2025

W wypadku samochodowym ginie muzyk Jonasz Kieres. Okazuje się, że ktoś celowo uszkodził jego pojazd. Monika i Gutek identyfikują troje głównych podejrzanych.

21.30 **Ranczo 8** (96, 97) – serial obycz., Polska
23.25 **Ojciec Mateusz 29** (379, 380) – krym., Pol.
1.20 **PitBull** (17, 18) – sens.
3.25 **Wojna zastępcza** (2) – serial szpiegowski
4.15 **Klan** (1441) – telen.
4.45 **Pan Mama** (14) – serial kom., Pol. 2025

BIOGRAFICZNY

20.05 **Korczak** – Polska/Niemcy/Wlk. Bryt. 1990, 125 min

Warszawa. Pediatra Janusz Korczak wraz ze Stefą Wilczyńską zajmuje się sierotami żydowskiego pochodzenia. Po wkroczeniu Niemców trafia do getta. Odmawia przejścia na aryjską stronę.

22.10 **The Doors, za kulisami** – film dok.
23.05 **Wspomnienie lata** – film obyczajowy, Polska 2016, 100 min
0.45 **Kod Annie Parker** – film obyczajowy, USA 2013, 110 min

KOMEDIODRAMAT

20.10 P! **Sny o miłości** – Norwegia 2024, 135 min

17-letnia Johanne zakochuje się w nauczycielce. Przelewa swoje uczucia na papier, ujawniając przy tym talent literacki. Zapiski dziewczyny niepokoją jej matkę, Kristin.

22.25 **Walden** – thriller, USA 2023, reż. Mick Davis, wyk. Emile Hirsch, Shane West, 130 min
0.35 **Czarna rzeka** – thriller, Francja/Belgia 2018, 125 min
2.40 **Minuta ciszy** (3) – serial obycz., Polska

THRILLER

20.00 **Premiera: The Killer** – USA/Kanada/Korea Płd. 2024, 125 min

Zee, zabójczyni pracująca dla mafii, po dramatycznej akcji w nocnym klubie postanawia chronić niewidomą piosenkarkę. Staje się celem zawodowych morderców.

22.05 **Protector** – dramat sensacyjny, USA 2025, 95 min
23.40 **Anora** – komediodramat, USA 2024, 135 min
1.55 **Egzorcyzm** – horror, USA 2024, 95 min

KOMEDIA

20.00 P! **Bez hitu** – Niemcy 2025, 120 min

Po próbie samobójczej piosenkarz Daniel trafia do szpitala psychiatrycznego. Lekarka angażuje go do pionierskiego programu, który opiera się na muzyce.

22.00 **Przeznaczenie: Historia Pogány Induló** – film dokum., Węgry 2026
23.20 **USA kontra reszta świata: Cztery lata z kadrą narodową** (4) – serial dok., USA
0.20 **Azyl** – thriller, USA/Fr./Rosja 2022, 95 min

AXN WHITE

8.30 **Szpital nadziei 3** (16)
9.25 **Blondynka** (10, 11)
11.25 **Agenci NCIS 19** (1-3)
14.15 **Szpital nadziei 3** (17)
15.15 **Gwiazdka z przeszkodami** – komedia romantyczna, USA/Kanada 2022, 115 min
17.10 **Święta pod gwiazdami** – komedia romantyczna, USA/Kanada 2021, 115 min
19.05 **Dr House 2** (23) – obycz.
20.00 **Dowody zbrodni** (12, 13) – serial kryminalny, USA
22.00 **Unforgettable: Zapisane w pamięci 4** (7) – krym.
22.55 **Agenci NCIS 19** (1-3) – serial sensacyjny, USA

AXN BLACK

9.45 **Gwiezdne wrota 2** (17-19) – s.f., USA/Kan. 1999
12.45 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3** (23) – sens., USA
13.45 **Renegat 5** (2) – serial sens.
14.45 **Drużyna A 2** (14) – sens.
15.50 **Nieustraszony** (6) – sens.
16.55 **Zagadki z przeszłości** (17) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 **Gwiezdne wrota 2** (20-22) – s.f., USA/Kan. 1999
21.00 **Pogromcy duchów 2** – komedia s.f., USA 1989, reż. Ivan Reitman, 130 min
23.10 **Hostel 2** – horror, USA 2007, reż. Eli Roth, 110 min
1.00 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3** (23) – sens., USA

WARNER TV

8.05 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 10** (10) – sens.
9.00 **Bajer z Bel-Air 4** (12, 13)
10.00 **Prawo Agaty 2** (4)
11.00 **Pełna chata 7** (13, 14)
12.00 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 10** (22) – sens.
13.00 **Teraz albo nigdy!** (1)
14.10 **Bajer z Bel-Air 4** (12-15)
16.05 **Pełna chata 7** (13-16) – serial komediowy, USA
18.10 **Sok z żuka** – horror komediowy, 1988, 105 min
19.55 **Miłość jak narkotyk** – komedia romantyczna, USA 1997, 125 min
22.00 **Rój** – film katastroficzny, USA 1978, 185 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 **Gliniarze** (112-114) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 **48h. Zaginieni** (181-184) – serial kryminalny, Polska
13.00 **Kowalscy kontra Kowalscy** (9-12) – obycz.
15.00 **Świat według Kiepskich** (345-348) – kom., Pol. 2010
17.00 **Columbo** (3, 1) – serial kryminalny, USA
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (101-103) – serial krym., USA/Kanada
23.50 **Ślad** (19-21) – serial krym.
2.50 **Święty** (283, 284) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 **48h. Zaginieni** (75, 76) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
6.05 **Kiler** – komedia sens., Polska 1997, 100 min
7.45 **Kung Fu Panda 3** – anim., Chiny/USA 2016, 95 min
9.20 **Wszyscy święci** – film obycz., Polska 2002, 75 min
10.35 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
10.40 **Fuks** – komedia sens., Polska 1999, 85 min
12.05 **Listy do Julii** – komedia romant., USA 2010, 105 min
13.50 **Piękna łąka kwietna**
14.20 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
14.25 **Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa**
16.05 **Warcraft: Początek** – film fantasy, Chiny/Kanada/Japonia 2016, 120 min
18.05 **Ultimatum Bourne'a** – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, 110 min
19.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.
20.00 **Nieukończony film** – dramat obycz., Singapur/Niemcy/USA 2024, 105 min
21.45 **Innego końca nie będzie** – film obycz., 2024, 85 min
23.10 **Królestwo** – dramat sensacyjny, 2007, 105 min
0.55 **Premierowa jazda** – mag.
1.10 **Trzy miłości** – thriller erot., Polska 2025, 100 min
2.50 **Wiarołom** – dramat obycz., Polska 2021, 75 min
4.05 **Pornografia** – film obycz., Pol./Fr. 2003, 115 min

CANAL+ SERIALE HD

9.50 **Łapu capu** – program rozrywkowy
10.00 **Karl Lagerfeld. Objawienie** (4) – serial dokumentalny, Fr. 2023
10.45 **Mały Grand Hotel** (6) – serial komediowy, Polska
11.05 **Naruto** (20-22) – serial anime, Japonia 2003
12.35 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
12.45 **Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (7-9) – serial komediowy, Fr.
14.35 **Byłem królem** (5, 6) – serial dok., Pol. 2022-2025
16.35 **Cat's Eyes** (5, 6) – serial przygodowy, Francja 2024
18.35 **Łapu capu** – program rozrywkowy
18.40 **Captain Tsubasa** (10-12) – serial anime, Japonia 2018
20.00 **Brygada** (1, 2) – serial sens.
21.55 **Łapu capu** – program rozrywkowy
22.00 **Yellowjackets** (3, 4) – serial grozy, USA 2021
23.55 **Kiedy ślub?** (7, 8) – serial komediowy, Polska 2024
1.40 **Rum i rewolucja. Historia Hawany** – film dokumentalny
2.30 **Łapu capu Extra** – program rozrywkowy
3.05 **Belfer 2** (5, 6) – serial kryminalny, Polska 2017
5.10 **Miasta rytm** (5) – serial dokumentalny, Pol. 2020

CANAL+ 360 HD

8.00 **Grip – w świecie supersamochodów** (7)
9.00 **Zabójcze drogi** (2) – dok.
10.00 **Co poszło nie tak 2** (4)
11.00 **Born Racers. Młodzi i szybcy** (5) – serial dokum.
12.10 **Wolne duchy. Starcie z żywiołami** (5) – dok.
13.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (4) – serial dok., Niem. 2011
14.00 **Wykrywacz historii 2** (4)
15.00 **Co poszło nie tak 3** (2)
16.00 **Supersamoloty bojowe** (3) – serial dokumentalny
16.55 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (13) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje 4** (18) – dok.
18.55 **Wykrywacz historii 2** (3) – serial dokumentalny, 2021
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (14) – dok.
20.50 **Koleją przez świat 3** (4)
22.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (5) – serial dok., Niem. 2023
22.55 **Supersamoloty bojowe** (1) – serial dokumentalny
0.00 **Zabójcze drogi** (1) – dok.
0.55 **Pokonani** (7) – serial krym.
2.00 **Twardzielki** (6) – dok., Pol.
2.40 **Polowanie na Hitlera** (10) – serial dok., Pol. 2021
3.45 **Polska z góry: Stadiony** (5, 6) – serial dok., Pol. 2024

HBO 2 HD

12.50 **I tak po prostu 2** (2)
13.35 **Harry Potter i Insygnia Śmierci: Część 2** – film przygodowy, 2011, 130 min
15.45 **Zgadnij kto** – komedia romant., USA 2005, 105 min
17.30 **Kolejna zwyczajna przysługa** – czarna komedia, USA 2025, reż. Paul Feig, 120 min
19.30 **Sąsiedzi 2** – komedia, USA/Chiny 2016, 90 min
21.00 **Vinci 2** – komedia krym., Polska 2025, 115 min
22.55 **Ta inna siostra Bennet** (1) – kostium., Wlk. Bryt.
23.25 **Stamtąd 4** (7)
0.15 **Królowe podziemia** (5)

HBO 3 HD

13.55 **Andrea Bocelli: Because I Believe** – film dok., 2024
15.40 **Czwarta ściana** – dramat obycz., Fr./Luksemburg/Belgia 2024, 115 min
17.35 **Twój potwór** – czarna komedia, USA/Wielka Brytania 2024, 100 min
19.15 **Niepewne 5** (1, 2) – kom.
20.15 **Rzym** (3) – serial hist.
21.00 **Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13** (16)
21.45 **The Pitt** (11) – serial obycz.
22.35 **Ród smoka 3** (1) – fantasy
23.40 **Miniaturowa żona** (1)
0.20 **Wrota do piekieł** – horror, USA 2009, 95 min

P! Premiera w TV

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (121-123) – dok., Pol.
7.30 Doktor Martin 4 (25) – serial obyczajowy
8.30 Przyjaciółki (305, 306) – obycz., Pol.
10.25 Świat według Kiepskich (151, 152, 217, 218, 156, 157, 2, 3) – serial kom., Polska
14.50 Ja, szpieg – komedia sensacyjna, USA 2002, 120 min
16.50 Parasol bezpieczeństwa – komedia sensacyjna, USA 2003, reż. Dennis Dugan, 110 min
18.40 Skołowani – komedia romantyczna, Polska 2023, 140 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Pingwiny z Madagaskaru (1, 2) – serial animowany, USA 2008-2010
7.00 Dwóch i pół 3 (19-22) – serial komediowy
8.55 Przyjaciele 5 (2-7) – kom., USA 1998-1999
11.55 Teoria wielkiego podrywu 4 (17-22) – kom., USA 2010-2011
14.30 Dwóch i pół 3 (23, 24) – serial komediowy, USA 2005
15.30 Dwóch i pół 4 (1, 2) – serial komediowy
16.30 Przyjaciele 5 (8-13) – kom., USA 1998-1999
19.30 Teoria wielkiego podrywu 4 (23, 24) – serial komediowy, USA 2010-2011

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (767) – serial paradokum.
6.00 Top 100: filmy wszech czasów (6)
6.30 Alfabet filmowy (13)
6.45 Zakochani po uszy (71, 72) – telen., Polska
7.45 Detektywi (41-44) – serial fab.-dokum.
9.50 Prawo Agaty 3 (3)
10.55 Szpital św. Anny (82)
11.55 Miłość czy pomyłka? (17, 18)
13.55 Prawo Agaty 3 (2)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Kino w drodze (2)
16.35 Magia kina (4) – kult.
16.55 Co wiecie o swoich dziadkach? – kom., USA 2017, 125 min
19.00 Szpital św. Anny (61) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.25 Balthazar 5 (3, 4) – serial kryminalny, Fr.
8.40 Na granicy: Demokracja umiera w ciemności – film kryminalny, Niemcy 2018, reż. Matthias Glasner, 115 min
10.35 Chicago P.D. 11 (2, 3) – serial kryminalny, USA 2024
12.25 Magnum: Detektyw z Hawajów 4 (17, 18) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
14.15 Balthazar 5 (5, 6) – serial kryminalny, Fr.
16.20 Na granicy: Bóg bankructwa – film kryminalny, Niemcy 2023, reż. Felix Karolus, 120 min

KINO POLSKA

7.15 Polska z góry. Nad wodą 2 (4) – dok.
7.45 Polska Kronika Filmowa – serial dok.
8.10 Wagary – film krótkometraż., 2024
8.50 Moja – krótkometraż.
9.10 Trędowata – melodramat, 1976, 120 min
11.10 Nie ma róży bez ognia – komedia obycz., 1974, 140 min
13.30 Skradziona kolekcja – komedia krym., 1979, 115 min
15.25 Papierowe małżeństwo – kom. obycz., Polska/Wlk. Bryt. 1991, 100 min
17.05 Pogranicze w ogniu (22, 23) – serial sens.

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (2) – program rozrywkowy
6.50 Złoty interes (6) – program rozrywkowy
7.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Pol.
9.00 Robert Makłowicz (160, 144) – mag. kulin.
10.55 Górski lekarz (11, 12) – obycz., Niem./Austria
13.00 Katastrofy w przestworzach (2, 10, 7) – serial dok.
16.00 MacGyver 3 (17, 18) – sens., USA/Kan. 1988
18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2 (34, 35) – reality show
19.10 Aukcja w ciemno (19, 20) – serial dokum.

KOMEDIA

21.00 Żona na niby – USA 2011, 150 min

Chirurg Danny Maccabee spotyka piękną kobietę, w której zakochuje się od pierwszego wejrzenia. Aby ją uwieść, ucieka się do kłamstwa.

23.30 Bad Boys: Ride or Die – komedia sensacyjna, USA 2024, reż. Adil El Arbi, wyk. Will Smith, 140 min
1.50 Ślad (1, 26, 27) – serial kryminalny, Polska 2018-2019
4.50 Na ratunek 112 (849, 850) – serial paradokum., Pol. 2023

KOMEDIOWY

20.25 Teoria wielkiego podrywu 5 (1-4)

Leonard ponownie chce związać się z Penny. Sheldonowi coraz bardziej zależy na Amy. Howard i Bernadette przygotowują się do ślubu.

22.00 The Office PL (3, 4)
23.05 Comedy Club 4 (1, 2)
0.05 Miasteczko South Park (5, 6)
1.00 Pracoholicy 2 (3, 4)
2.00 Śmieszniej nie będzie 5 (17, 18)
3.00 Miasteczko South Park (2-4)
4.30 Comedy Club 6 (5-7) – pr. rozrywk.

SENSACYJNY

20.00 Top Gun – USA 1986, 150 min

Pilot Pete Mitchell zostaje wysłany na szkolenie do elitarnej jednostki lotniczej. Rywalizuje o tytuł najlepszego absolwenta. Zakochuje się w instruktorce.

22.30 Równi goście – komedia sensacyjna, USA 2016, 135 min
0.45 Tata – dramat obyczajowy, Polska/Ukraina 2022, 140 min
3.05 Szkoła (739) – serial paradokum.
4.05 Ukryta prawda (1337) – paradok., Pol.

KRYMINALNY

18.20 Chicago P.D. 11 (4, 5) – USA 2024

Torres po powrocie z przepustki natychmiast znajduje się w centrum wydarzeń. Pod przykrywką przenika do gangu narkotykowego.

20.10 Magnum: Detektyw z Hawajów 4 (19, 20) – serial sensacyjny
22.00 Kobra – oddział specjalny (3, 4)
0.00 Flashback (1) – krym.
1.15 Na granicy: Bóg bankructwa – krym., Niemcy 2023, 110 min
3.05 Balthazar 5 (4-6) – krym., Francja 2018

CZARNA KOMEDIA

20.00 Horror Story – 2023, 120 min

Tomek, absolwent bankowości, nie może znaleźć pracy. Swoimi rozterkami dzieli się z innymi ekscentrycznymi lokatorami ponurej willi, w której wynajął pokój.

22.00 Brunet wieczorową porą – komedia obyczajowa, 1976, reż. Stanisław Bareja, 115 min
23.55 Psy – dramat sensacyjny, 1992, reż. Władysław Pasikowski, 330 min
5.25 Leben – krótkometraż.

PRZYGODOWY

20.00 Ostatni rycerze – USA/Korea Południowa/Wielka Brytania 2015, 150 min

Bartok rządzi królestwem wchodzącym w skład imperium. Ginie za sprawą carskiego ministra. Dowódca wojsk, Raiden, postanawia pomścić swojego władcę.

22.30 Królowie ulicy – thriller, USA 2008, 130 min
0.40 Sługi boże – krym., Polska 2016, 130 min
2.50 Sprawa się rypła – komedia, Polska 1984, 120 min

20

CINEMAX HD

11.55 Transformers: Wiek zagłady – film s.f., USA/Chiny 2014, 160 min
14.35 Gorzkie złoto – western, Chile/Niemcy/Urugwaj 2024, 85 min
16.00 Trudny zakład – komedia, Francja 1997, 100 min
17.40 15 lat – dramat obycz., Austria/Luksemburg/Niemcy 2023, 140 min
20.00 Fargo 3 (3, 4) – serial krym.
21.35 Road House – film sensacyjny, 2024, 125 min
23.40 Symfonia o umieraniu – komediodramat, Niemcy 2024, 180 min
2.40 Fargo 3 (3, 4) – serial krym.

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (17, 18) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy 3 (6) – rozr.
15.25 Co ludzie powiedzą? 4 (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 Jedną nogą w grobie (5)
16.55 Czarna Żmija 2 (5) – kom.
17.35 Bob kocha Abisholę (9-11) – serial komediowy
19.00 Dwóch i pół 3 (19-22) – serial komediowy, USA
21.00 Świat według Kiepskich (6-8) – serial kom., Pol. 2008
22.30 Co ludzie powiedzą? 4 (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie (6) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija 2 (6) – kom.
0.30 Comedy Club 2 (4) – rozr.

SCI FI

7.00 Odrodzeni (6-8) – serial s.f.
10.00 Bibliotekarze 4 (9, 10)
11.50 Zagubiona tożsamość (5, 6) – serial s.f., Kan. 2010
13.40 Grimm 6 (1, 2) – fantasy
15.30 Bibliotekarze 4 (11, 12)
17.20 Zagubiona tożsamość (7, 8) – serial s.f., Kan. 2010
19.10 Grimm 6 (3, 4) – fantasy
21.00 iZombie 4 (4-7) – serial grozy, USA 2018
1.00 Saga „Zmierzch": Zaćmienie – film fantasy, USA 2010, 145 min
3.25 Zagubiona tożsamość (7, 8) – serial s.f., Kan. 2010
5.05 Sanktuarium: Opowieść czarownicy 2 (5) – krym.

FX HD

9.00 Z archiwum X (12) – s.f.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (19, 20) – krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5, 6)
13.45 Agenci NCIS (23, 24)
15.35 SkyMed (5) – obycz., Kan.
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (21, 22) – krym.
18.20 Z archiwum X (13) – s.f.
19.15 FBI 3 (15) – serial krym.
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7, 8)
22.00 Paradise (7) – serial krym.
23.10 Z archiwum X (13) – s.f.
0.10 Tropiciel (19) – serial krym.
1.05 FBI 3 (15) – serial krym.
2.00 Agenci NCIS (24) – sens.

FILMBOX+ ONE HD

8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (8, 9)
11.00 Panna Scarlet i komisarz 3 (5, 6) – krym.
13.10 Poirot (3) – serial krym.
15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (10, 11) – serial krym., Australia
17.50 Panna Scarlet i komisarz (1, 2) – krym.
20.00 Wykidajło – dramat sensacyjny, 1989, 150 min
22.30 Mechanik: Konfrontacja – film sens., 2016, 125 min
0.35 Ucieczka gangstera – film sens., 1994, 145 min
3.00 Baba Jaga – horror, Wielka Brytania 2016, 130 min

ROMANCE TV HD

12.25 Rosamunde Pilcher: Miłość na horyzoncie! – film obycz., 2010, 115 min
14.20 Tajemnica waleni (1, 2) – dramat przygodowy, Niemcy 2010, 220 min
18.00 Stadnina w Piber (13)
19.00 Górski lekarz (127)
20.00 Inga Lindström: Cud z Sandbergen – film obycz., Niem. 2008, 115 min
21.55 Toni – akuszer. Władza i ciąża – film obyczajowy, Niemcy 2023, 115 min
23.50 Górski lekarz (127)
0.45 Inga Lindström: Cud z Sandbergen – film obycz., Niem. 2008, 115 min

CINEMAX 2 HD

14.00 Nade mną niebo, w dolinie ja – film obyczajowy, Słowacja/Czechy 2024, reż. Katarina Gramatova, 95 min
15.35 Trzy dni – komediodramat, Holandia/Bel. 2024, 85 min
17.00 Milczenie Julie – dramat obyczajowy, Belgia/Szwecja 2024, 100 min
18.40 Nieznajomy pod Wielkim Łukiem – film biograficzny, Francja/Dania 2025, 110 min
20.30 Aviator – dramat biograf., USA/Niemcy 2004, 170 min
23.20 Nikt – film sens., USA/Japonia/Chiny 2021, 90 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.05 Tajemnicza historia w Styles – film krym., Wlk. Bryt. 1990, 135 min
11.20 Zatraceni w miłości (15, 16) – telen., Turcja 2023
13.25 Agenci NCIS 17 (13, 14) – serial kryminalny, USA
15.10 Lekarze na start (15, 16)
16.40 Poirot 3 (1, 2) – serial krym.
19.00 Zatraceni w miłości (17, 18) – telen., Turcja 2023
21.00 Detektyw Murdoch 19 (2) – krym., Kan./Wlk. Bryt.
21.55 Poirot 12 (4) – serial krym.
23.55 Morderstwo to nic trudnego (1) – serial krym.
0.55 Zatraceni w miłości (17, 18) – telen., Turcja 2023

NOVELAS+ HD

10.00 Cud miłości (21) – telen.
11.00 Otchłań namiętności (106) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (76)
13.00 Róże i grzechy (5) – telen.
14.00 Historia Juany (33, 34)
16.00 Róże i grzechy (6) – telen.
17.00 Za wszelką cenę (77)
18.00 Otchłań namiętności (107) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (16) – telenowela
20.00 Cud miłości (22) – telen.
21.00 Historia Juany (34)
22.00 Róże i grzechy (6) – telen.
23.00 Za wszelką cenę (77)
0.01 Otchłań namiętności (107) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (16) – telenowela

FX COMEDY HD

9.10 Simpsonowie 35 (15, 16)
10.10 Diabli nadali 7 (22) – kom.
10.40 Diabli nadali 8 (1-3)
12.00 Jim wie lepiej 6 (15, 16)
13.00 Sposób użycia 5 (11, 12)
14.00 Wszyscy kochają Raymonda 4 (13-16)
16.00 Simpsonowie 35 (15-18)
18.00 Jak poznałem waszą matkę (10-12) – serial kom.
19.30 Współczesna rodzina 6 (13-15) – serial komediowy
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 23 (13, 14)
22.00 Wychodne mamusiek – kom., USA 2014, 125 min
0.05 Genialna Morgane 2 (3, 4) – serial kryminalny, Fr.

FILMBOX+ HITS HD

12.35 Bigger: Historia Joego Weidera – dramat biograficzny, 2018, 120 min
14.35 Wyścig o życie – dramat przygodowy, 2023, 120 min
16.35 Linoleum – komediodramat, USA 2022, 115 min
18.30 Melodia wiatru – dramat obyczajowy, Boliwia 2019, 90 min
20.00 Whiplash – dramat obyczajowy, 2014, 120 min
22.00 Świat w ogniu – film sensacyjny, 2019, 130 min
0.10 Mów mi Vincent – komediodramat, USA 2014, 115 min

PARAMOUNT NETWORK HD

13.00 Czarodziejki 2 (15, 16)
15.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 (3)
15.30 xXx: Reaktywacja – film sensacyjny, Chiny/Kanada/USA 2017, 150 min
18.00 Słodkie zmartwienia – komedia romantyczna, USA 1995, 120 min
20.00 Gliniarz z Beverly Hills – komedia sensacyjna, USA 1984, 145 min
22.25 Adrenalina – sens., USA/Wlk. Bryt. 2006, 95 min
0.00 Barbarzyńcy – horror, USA/Bułgaria 2022, 130 min
2.10 Lodowy szlak – film sens., USA/Kanada 2021, 140 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
10.00 **Żeglarstwo:** SailGP w Halifaksie
11.00 **Snooker:** Welsh Open w Llandudno: Hawkins – Lisowski
13.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie
14.00 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – podsumowanie
15.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 5. etap
16.30 **Kolarstwo:** Tour de Suisse – 5. etap
18.00 **Cycling Show**
18.30 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie – bouldering

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Belgia
9.00 **Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski, Polska 2026
10.00 **Gala ORLEN Basket Ligi** – widowisko
12.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – eliminacje
14.00 **Tenis:** Turniej Wimbledon – eliminacje
16.15 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Ukraina – Włochy
19.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – studio

CANAL+ SPORT HD
6.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Radomiak – Legia Warszawa
8.20 **Premier League Stories** (46) – mag.
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Sociedad – FC Barcelona
11.15 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Elche CF – Sevilla FC
13.30 **Złota Dekada. Historia Lecha Poznań 1983-1993** (5, 6) – serial dokum.
15.45 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Sociedad – FC Barcelona
18.00 **Premier League Stories** (46) – mag.

TVP SPORT DVB-T2
6.05 **Mundial 2026 – Legendy miejskie** (5) – cykl reportaży
6.40 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy B: Bośnia i Hercegowina – Katar
9.00 **Mundialowy poranek** (14) – mag.
10.30 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy B: Szwajcaria – Kanada
12.45 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: RPA – Korea Płd.
14.55 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Czechy – Meksyk
17.10 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy C: Szkocja – Brazylia
19.30 **Dzień na mundialu** (14) – mag. piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 **LaLiga Best 11** – magazyn piłkarski
7.45 **Tajemnice szatni – Dante** – film dokumentalny
8.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – VfL Wolfsburg
10.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Barcelona – Real Betis Balompie
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – US Lecce
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Heidenheim – FC Bayern Monachium
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Genoa CFC – Inter Mediolan

DISCOVERY CHANNEL HD
9.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów 6**
10.00 **Klan z Alaski** – dok.
11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
12.00 **Fani czterech kółek** (2): TVR griffith
13.00 **Nagi instynkt przetrwania: Elita 2**
15.00 **Złomowisko PL 5** (13) – serial dokum.
16.00 **Gorączka złota 16**
17.00 **Nic do zgłoszenia** (6) – serial dok., Pol. 2021
18.00 **Bracia Collins biorą się do roboty** (6)
19.00 **Nagi instynkt przetrwania 11** – serial dokumentalny
21.00 **Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** – serial dok.

20

SNOOKER

20.00 **Turniej Welsh Open w Llandudno** – mecz finałowy

W 35. edycji imprezy walkę o tytuł mistrzowski stoczyli Jack Lisowski i Barry Hawkins.

21.30 **Racing for excellence** – mag. sportów motorowych
22.00 **Kolarstwo:** Giro d'Italia – podsumowanie
23.00 **Kolarstwo:** Tour de Suisse – 5. etap
0.00 **Snooker:** Turniej World Open – mecz finałowy

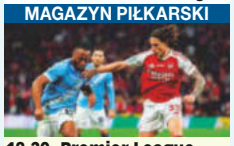
SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

19.45 **Liga Narodów** – mecz: Polska – Turcja

Drużyna znad Bosforu rozpoczęła tegoroczną edycję Ligi Narodów od porażki 1:3 z Amerykanami. Polacy natomiast rozprawili się z Kubą (3:0), mimo że grali w eksperymentalnym składzie. Czy dziś w Gliwicach także staną na wysokości zadania?

22.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – studio
23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
1.00 **Boks**

MAGAZYN PIŁKARSKI



18.30 **Premier League Review**

Podsumowanie najważniejszych wydarzeń minionego sezonu w lidze angielskiej.

20.25 **Premier League: The Big Interview** (16) – mag. piłkarski
21.00 **Speedway+** – mag.
21.30 **Piłka nożna:** 2. liga hiszpańska – barażowy mecz finałowy
23.50 **Liga+ Extra** – magazyn piłkarski
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Raków Częstochowa

PIŁKA NOŻNA

21.00 **Mistrzostwa świata 2026** – mecz grupy E: Curacao – Wybrzeże Kości Słoniowej

Przed mundialem obydwie ekipy rozegrały sparingi ze Szkocją. Curacao uległo jej 1:4, a Wybrzeże Kości Słoniowej pokonało 1:0. Więcej szans na zwycięstwo w tym starciu mają piłkarze z Afryki.

0.35 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio
0.50 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy F: Tunezja – Holandia

PIŁKA NOŻNA

18.00 **Liga hiszpańska** – mecz: FC Barcelona – Real Madryt CF

Hit 35. kolejki LaLigi. Pokonanie odwiecznego rywala na Camp Nou zapewni Blaugranie mistrzostwo Hiszpanii.

20.00 **Made in Italy** (14, 6): AC Milan; US Lecce
20.40 **Formuła 1:** Grand Prix Barcelony-Katalonii
22.40 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6)
23.45 **Made in Italy** (11)
0.00 **Ligue 1 Show** (33)
0.35 **Bundesliga Special**

DOKUMENTALNY

22.00 **Premiera: Łowcy opali** (13)

Justin i jego narzeczona Becky próbują wyjść z długów. Reszta oszczędności pary poszła na naprawę koparki, dzięki której Lang chce dotrzeć do cennego złoża.

23.00 **Akta ekspedycji 2**
0.00 **Od samochodu do domu** – mag.
1.00 **Hot rod wg Kindiga**
2.00 **Militaria na warsztat 5** (12)
3.00 **Królowie asfaltu 11** (7) – reality show
4.00 **Zoom na architekturę**

EUROSPORT 2 HD
10.00 **Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 1., 2. i 5. etap
14.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie – bouldering – finały
16.30 **Snooker:** Turniej Welsh Open w Llandudno – finał: B. Hawkins – J. Lisowski
18.30 **Kolarstwo górskie:** Zawody PŚ w Lenzerheide – short track
19.30 **Kolarstwo:** Giro d'Italia U23 – podsumowanie
20.30 **Discovery golf** – mag.
21.00 **Golf:** Travelers Championship – 1. runda
0.00 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Lenzerheide – zjazd

POLSAT SPORT 2 HD
6.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów: Kuba – USA
8.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Ukraina – Brazylia
11.00 **Tenis:** Turniej ATP na Majorce – ćwierćfinał
13.00 **Tenis:** Turniej ATP na Majorce – ćwierćfinał
15.00 **Tenis:** Turniej ATP na Majorce – ćwierćfinał
16.45 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów: Iran – USA
20.15 **Siatkówka mężczyzn:** LN – mecz: Francja – Kuba
23.00 **Siatkówka mężczyzn:** LN: Ukraina – Włochy
1.00 **Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
10.00 **Tenis raport**
11.00 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – ćwierćfinał
13.00 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – ćwierćfinał
15.30 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – ćwierćfinał
17.00 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – ćwierćfinał
19.15 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – ćwierćfinał
21.30 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – ćwierćfinał
23.45 **Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – ćwierćfinał
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Lech Poznań

EXTREME CHANNEL HD
9.00 **World of X Games 2018**
10.00 **AMA Motocross Series Highlights** (3)
11.00 **X Games – Aspen 2020**
12.00 **Liquid Edge** (4)
13.00 **Action Sports World** (17)
14.00 **WWE Classic Gold** (29)
14.30 **WWE Highlights** (78, 73)
15.20 **WWE Classic Gold**
17.00 **KPW Kombat TV** (9)
18.00 **New Japan Wrestling – Highlights** (5)
18.45 **WWE Classic Gold**
20.00 **AEW Collision 2** (2625)
22.00 **PTW Wrestling** (4)
0.45 **WWE Highlights** (81, 74)
2.00 **AMA Motocross Series Highlights** (3)

ELEVEN SPORTS 2 HD
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Como
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Stuttgart – Bayern
18.00 **Bundesliga Goal Special** (22) – magazyn piłkarski
18.30 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Pisa SC – Inter
21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – RCD Espanyol
23.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2) – mag.
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Metz – PSG

DISCOVERY LIFE HD
8.15 **Szpital** (508, 509)
10.15 **Nowa Maja w ogrodzie 5** (25, 26)
11.15 **Idealna niania 2** (4, 5)
12.45 **Klinika bez tajemnic**
14.45 **Szpital** (507, 508)
16.45 **Idealna niania 2** (3-6)
19.45 **Klinika naturalnego piękna** (6-8) – reality show
21.15 **Wycieczkowiec** (4)
22.15 **Najgroźniejsza sekta Ameryki** (3) – serial dok.
23.40 **Nie do uwierzenia!** (8)
0.40 **Sekrety lekarzy** (5)
1.40 **Śmierć Diany: dwa śledztwa** (1) – serial dok.
2.40 **Eks-tra zmiana** (1) – rozr.
3.40 **Szpital** (320, 321)

POLSAT SPORT FIGHT HD
12.55 **Atleci** – magazyn sportowy
13.20 **Sporty walki:** DWM 8 w Świdwinie: Krystian Wiśniewski – Rafał Lewon
15.05 **Sporty walki:** FEN 56 we Wrocławiu – walka: Tomasz Ostrowski – Łukasz Stanek
17.20 **K.O. TV Weekly** (26)
17.50 **Boks:** Babilon Boxing Show w Raszynie: Jan Lodzik – Jamshid Rikhsiev
20.25 **Atleci** – magazyn sportowy
20.50 **Sporty walki:** UFC 274 – walka: Charles Oliveira – Justin Gaethje
23.45 **Boks:** Rocky Boxing Night w Karlinie: Mateusz Polski – Adam Ngange

POLSAT SPORT 3 HD
8.30 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
11.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
13.00 **Tenis:** Turniej ATP w Eastbourne – ćwierćfinał
15.00 **Tenis:** Turniej ATP w Eastbourne – ćwierćfinał
16.15 **Siatkówka mężczyzn:** LN – mecz: Chiny – Belgia
19.00 **Lekkoatletyka:** Zawody World Athletics Continental Tour Gold w Zagrzebiu
21.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
23.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
1.00 **Sporty walki**

CANAL+ SPORT 5 HD
16.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
17.30 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga** – mag.
18.30 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: INNPRO ROW Rybnik – Orzeł
21.00 **Speedway+** – mag.
21.40 **Żużel:** PGE Ekstraliga: PRES Grupa Deweloperska Toruń – Motor Lublin
0.30 **Premier League: The Big Interview** (16) – mag.
1.00 **Dart:** US Darts Masters 2026
4.30 **Przerwa techniczna**

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 **Piłka nożna:** Real Madryt – Real Oviedo
14.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial**
15.00 **Ligue 1 Show** (35) – mag.
15.30 **Made in Italy** (5, 6) – mag.
16.00 **Piłka nożna:** OGC Nice – Olympique Marsylia
18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Freiburg – BVB
20.00 **Piłka nożna:** Espanyol – Real Madryt CF
22.00 **Bundesliga Monthly Special** (1) – mag. piłkarski
22.30 **Bundesliga Special** (18)
23.00 **Ligue1 Season Review**
0.00 **Piłka nożna:** Benfica – Sporting

ELEVEN SPORTS 3 HD
14.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Athletic Club
16.00 **Made in Italy** (9-11, 8)
17.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.
18.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – Cagliari
20.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Bayer 04 Leverkusen – 1. FC Köln
22.00 **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Olympique Lyon – Nantes
0.00 **Bundesliga Special** (20, 18) – magazyn piłkarski
1.00 **LaLiga Best 11** – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
10.15 **Polska z góry 5** (6-8)
11.45 **Afryka z góry 2** (1-3)
14.45 **Maria Callas. Nieznane lata** – film dokum., Grecja
16.35 **Salwador – kraj plaż i wulkanów** – dok., Niem.
17.35 **Kwiat ośmiu gór** – dok.
19.00 **Katastrofy z góry** (6, 7)
21.00 **Wyspa olbrzymów** – dok.
22.00 **Arktyczna przyroda Laponii** – dok., Finlandia
23.20 **Kui Buri. Ukryty raj w Tajlandii** – film dokum.
0.20 **Lasy Atlantyckie Brazylii**
1.20 **Tragedia Titana – ostatnia wyprawa do wraku Titanica** – dok.
2.15 **Chwile szczęścia** (3, 4)

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – serial dokumentalny, USA
8.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2022
11.00 **Inżynieria ekstremalna:** Port w Rotterdamie – serial dokumentalny, USA
12.00 **Mega maszyny Alaski** – serial dokumentalny
13.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
15.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny, USA 2016

ID HD

6.00 **Mój sąsiad morderca 3** – dok.
8.00 **Morderstwo w tropikach** – dok.
9.00 **Autostrada do piekła** – serial dok.
10.00 **W sieci kłamstw** (9)
12.00 **Sprawiedliwość po amerykańsku** (2)
14.00 **Sprawiedliwi z Teksasu** – dok., USA
16.00 **Naznaczeni morderstwem** (5)
18.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie** – serial dokumentalny
19.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 2** – dok., USA
20.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

12.00 **Odludna wyspa** (14)
13.00 **Państwa Osi: Droga ku porażce** (1) – dok.
14.00 **Tajemnice wojennych wraków** (7) – dok., Wlk. Bryt.
15.00 **Strzegąc granic** (7, 8) – serial dokum.
16.00 **Złapać przemytnika** (3) – serial dokum.
16.55 **Grobowiec Tutanchamona: Historia w kolorze** – film dok., USA 2020
17.55 **Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu** (6) – dok., Niem. 2020
19.00 **II wojna światowa: Ukryta prawda** (6)
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (9) – serial dokumentalny

FOKUS TV DVB-T2

6.00 **Wehikuł czasu** (625)
6.05 **48h. Zaginieni** (53) – serial krym., Polska
7.00 **Byli sobie podróżnicy** (11-14)
8.55 **Wehikuł czasu** (625)
9.00 **Starożytni kosmici** (8) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (13, 14) – reality show
12.00 **Apokalipsa – wojny 1945-1991** (1) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (10, 11) – dok.
14.00 **Nowoczesne maszyny wojenne** (4, 5) – serial dokum.
16.00 **Dorwać tuńczyka 2** (9, 10) – serial dok.
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (38, 39) – serial dok.
20.00 **Galileo** (18)

TVP HISTORIA DVB-T2

9.35 **Korona Gór Polski**
10.10 **Wszystkie kolory świata** – dok., Francja
11.10 **Polskie parki narodowe** – dok., Pol.
11.35 **Podziemne Włochy** (4) – dok., Wł. 2016
12.35 **Złote jabłko**
13.35 **Czerwiec '76**
14.00 **Królowie** (44) – hist.
14.35 **Czterdziestolatek** (8) – obycz., Pol. 1975
15.30 **Sensacje XX wieku** (1, 2) – program hist.
17.25 **Czas honoru. Powstanie** (5) – wojenny, Pol. 2014
18.20 **Operacja Lato '76 (Radom '76)**
19.15 **Flesz historii** (767)
19.40 **Polskie parki narodowe** – dok., Pol.

HISTORY HD

12.10 **Gwiazdy lombardu 22** (18)
13.05 **Starożytni kosmici 14** (13) – dok.
14.00 **Tajemnice skryte w mroku** (2) – dok.
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (7) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 12** (50)
16.15 **Gwiazdy lombardu 24** (33)
17.10 **II wojna światowa w kolorze** (7) – dok.
18.10 **Starożytni kosmici: najlepsze historie** (4) – serial dok., 2022
20.00 **Starożytni kosmici 14** (11) – dok.
21.00 **Klątwa Wyspy Dębów 13** (24)

DOKUMENTALNY

18.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – USA 2014

Widzowie odwiedzą miejsce powstania auta Superformance MKIII, a także poznają tajniki konstrukcji tej superszybkiej maszyny o wyrazistym kształcie podwozia.

21.00 **Jak to jest zrobione? 25** (24, 26) – serial dokumentalny
23.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16** (17-20)
1.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
4.00 **Szyfry i spiski 2** (3)

DOKUMENTALNY

21.00 **Szokująca prawda 14**

Na odludnym kempingu myśliwi natrafiają na ciało byłej żołnierki. Sprawa od początku budzi wiele pytań i szybko staje się bardziej zawiła, niż przypuszczano.

22.00 **Żyjąc z potworem: jak wychowałem mordercę** – dok., USA
23.00 **Zbrodnie godne Hollywood 5** – dok., USA 2025
0.00 **Cztery łapy na służbie** – dok.
1.00 **Szokująca prawda 14** – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 **Inżynieria po katastrofie** (6)

Tragedie w Czarnobylu i Fukushimie okazały się cennymi lekcjami dla inżynierów. Dziś atom jest już bezpiecznym źródłem energii, a naukowcy dążą do fuzji.

22.00 **Jak oni to zbudowali?** (8) – dok.
23.00 **Mega Metro** (4)
0.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny** (3)
1.00 **Odludna wyspa** (8)
2.00 **Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy** (3) – dok., Kan.

DOKUMENTALNY

21.00 **Poszukiwacze historii** (7, 1, 2) – Pol.

Ekipa odwiedza Wiślicę w województwie świętokrzyskim, nieopodal której może znajdować się zakopane działo. Radek i Olaf natychmiast wyruszają w to miejsce.

23.00 **Jak Hitler przegrał bitwę o ropę naftową** – film dokum., Francja 2014
0.00 **Starożytni kosmici** (2) – serial dok., USA
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (4-7) – serial dokum.
5.00 **Kołowrotek** (8, 9) – magazyn wędkarski

SENSACYJNY

20.15 **Oficer** (1) – Polska 2005, wyk. Borys Szyc, Paweł Małaszyński

Policjant Kruszyński, zwany Kruszonem, przenika do grup przestępczych i rozpracowuje metody ich działania. Wraz z Mamajem i jego dziewczyną dokonuje serii napadów.

21.10 **Zbrodnie sprzed lat** (4) – serial dok., USA
22.05 **Pogrzebowe okręty wikingów z Salme** (2-ost.)
23.10 **Sensacje XX wieku** (1, 2) – program hist.
1.25 **Encyklopedia II wojny światowej**

REALITY SHOW

22.00 **Premiera: Wojny magazynowe 17** (4)

Handlarze postanawiają wrócić do Moreno Valley, gdzie niespodziewanie spotykają swojego dawnego przyjaciela. Dusty i Lupe robią wszystko, aby osiągnąć sukces.

23.00 **Absurdy przeszłości: historie pełne ryzyka** (5) – serial dokum., USA
23.55 **Jak to wyjaśnić? 4** (16) – serial dok., USA
0.50 **Starożytni kosmici 14** (11) – dok.
1.50 **II wojna światowa w kolorze** (7) – dok.

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Na ratunek starociom**
9.00 **Walka o bagaż** (3-6) – dok.
11.00 **Wyprawa w nieznane**
13.00 **Skarby z szopy** (12, 13)
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (1, 2) – dok.
16.00 **Skarby z szopy** (14, 15)
17.00 **Militaria na warsztat** (4)
18.00 **Muzealne tajemnice**
20.00 **Tajemnice starożytnych mumii** – serial dok., USA
22.00 **Tajemnice ziemi – Hiszpania** (4) – dok.
23.00 **Legendarne miejscówki**
0.00 **Wyprawa w nieznane**
2.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
3.00 **Europa filmowa** (9) – dok.

PLANETE+ HD

13.50 **Krajobrazy świata** (9)
14.50 **Najpiękniejsze rzeki świata 2** (4) – serial dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 7** (6) – serial dok., Fr.
16.55 **360° Świat bez granic**
17.55 **Dokąd dzisiaj? 4** (43, 44)
18.40 **1942. Długi rok przełomu** (4) – serial dok.
19.45 **Wojna indochińska. 14 lat piekła** (1) – film dokum.
20.50 **Monachium 1923. Nieudany pucz Hitlera** – film dok., Niem.
22.00 **1979 – rok islamskiej rewolucji** (2) – serial dok.
23.10 **Zniewoleni. Rodzina w pułapce strachu** (1)

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

12.00 **Najdziwniejsze zwierzęta Ameryki Południowej** (1) – przyrod.
13.00 **Masai Mara: sekrety natury** (1) – serial dokum.
14.00 **Ostatnie nosorożce: nowa nadzieja** – dok.
15.00 **Walki zwierząt** (4) – dok.
16.00 **Dziki Park Yellowstone: Ogień i lód** (1) – film dok.
17.00 **W świecie szympansów**
18.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (3) – dok.
19.00 **Królestwo drapieżników** (3) – dok.
20.00 **Niszczycielskie żywioły 2** (2) – serial dok.
21.00 **Niezwykły dr Pol**

POLSAT VIASAT NATURE HD

11.30 **Drapieżniki** – serial dok.
12.20 **Podwodne miasto** (4)
13.25 **Sekrety wodnych krain**
14.30 **Dzika Kuba: Wyprawa na Karaiby** (1) – film dok.
15.35 **Afryka: życie na gorąco**
16.40 **Dziki Wschód Polski** – dok., Niemcy/Polska 2023
17.45 **Zwierzęta: maszyny doskonałe 2** (4) – dok.
18.50 **Zabójcza pogoda 2** (5)
19.50 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (4) – dok.
21.00 **Pacyfik** (4) – serial dok.
22.00 **Sekrety wodnych krain**
23.15 **Zabójcza pogoda 2** (6)
0.20 **Weterynarz ze szkockich wyżyn** (6-11)

BBC EARTH HD

12.15 **Malownicze trasy kolejowe** (3) – serial dok.
13.15 **Mroźna planeta** (2) – dok.
14.20 **W okowach mrozu 2** (18)
15.20 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (5) – serial dok.
16.25 **Układ Słoneczny** (5)
17.40 **Azja** (5) – serial dok., 2024
18.45 **Malownicze trasy kolejowe 2** (2) – serial dok.
19.45 **Dlaczego giną wieloryby?** – film dokum.
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (6) – serial dok.
21.55 **W okowach mrozu 2** (19)
22.55 **Zdrowa zmiana 2** (7, 8)
0.10 **Superchirurdzy: szansa na życie 2** (1) – serial dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Zielony patrol z Luizjany**
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Cuda z drewna** (7) – dok.
20.00 **Małżeństwo w dżungli 2** – serial dokumentalny, USA
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
0.00 **Poznajcie leniwce** (7, 8)
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie 4** – serial dok.

TVP DOKUMENT HD

13.35 **Wyspy Kanaryjskie** (3)
14.40 **Nagła cisza** – dok., Niem.
15.40 **Dobre wieści z planety Ziemia** (5) – cykl dokum.
16.45 **Geoglify z Nazca** – dok.
17.55 **Sanatorium miłości 3** (5)
18.50 **Beethoven. Portret intymny** – film dokum., Fr.
20.00 **Malediwy – sztuczny raj** – film dokum., Francja 2024
21.10 **Krainy cudów natury** (2)
22.15 **Zagadki zbrodni policji miejskiej** (4) – serial dok.
23.30 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.35 **Niezłomna: Królowa piękności Anastazja Lin** – film dokumentalny, USA

POLSAT DOKU HD

8.00 **48h. Zaginieni** (104, 105)
10.00 **Polacy za granicą** (77, 78)
12.00 **Wojny kontenerowe 2**
13.05 **Poszukiwacze historii**
14.00 **Superdziała – ostatnia nadzieja Hitlera** – dok., Fr.
15.05 **Zaginione złoto II wojny światowej** (4) – serial dok.
16.00 **Top Guns – SuperBroń**
16.55 **Fabryki wojny** (4) – dok.
17.55 **Maszyny bojowe** (5, 6)
19.55 **I wojna światowa w liczbach** (4) – serial dok.
21.00 **Hitlerowscy poszukiwacze skarbów**
22.00 **Skanowanie historii** (4)
23.05 **Koszty wojny** (4) – dok.
0.10 **Kroniki Hitlera** (12) – dok.

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

14.00 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
15.55 **Ekstremalna pomoc drogowa** (8) – serial dok.
16.55 **Zabójczy połów** (1) – dok.
18.00 **Klątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 2** (4)
19.00 **Australijscy poszukiwacze złota 10** (7, 8) – serial dok., Australia
21.00 **Złoto Jukonu 4** (8) – dok. \
22.00 **Bohaterowie z St. John's 3** (9) – serial dok.
23.00 **Internetowy seksbiznes 2** (5) – dok.
0.00 **Poszukiwacze klejnotów: Australia** (5)

POLSAT VIASAT HISTORY HD

14.00 **Świta Hitlera** (5, 6) – dok.
16.25 **Sekretne życie rzymskich cesarzy** – dok.
17.45 **II wojna światowa: cena imperium** (10) – serial dok.
18.50 **II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie** (4) – serial dok.
20.00 **Wielkie konflikty: powstania i upadki cywilizacji** (3) – serial dok.
21.00 **Pracując dla wroga** (3)
22.05 **Sekrety Watykanu: papież i diabeł** (4) – dok.
23.15 **Życie rzymskiego żołnierza** (1) – serial dok.
0.25 **II wojna światowa: cena imperium** (10) – serial dok.

CI POLSAT HD

16.00 **Ferie, impreza, morderstwo 2** (4) – dok.
17.00 **Morderstwo czy wypadek? 3** (19) – dok.
18.00 **Cała prawda o zbrodni 2** (1, 2) – serial dokumentalny
19.00 **Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach** (5) – dok.
20.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (9) – dok.
21.00 **Zbrodnia: oszukać prawdę** (4) – serial dokum.
22.00 **Polowanie na pedofila** (7) – serial dokumentalny
23.00 **Zbrodnia na żywo** (10)
23.55 **Szokujące morderstwa: Atlanta** (7) – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Kobieta na krańcu świata** (6, 7, 1, 2) – dok.
10.10 **Niezwykłe Stany Prokopa** (5, 1-3) – pr. rozr.
12.15 **Pojedynki Eda Stafforda**
13.20 **Niezwykłe Stany Prokopa** (1) – pr. rozrywk.
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (27) – mag. kulin.
14.55 **Kobieta na krańcu świata** (6, 7, 1, 2) – dok.
17.15 **Rodzina na campingu**
19.15 **Ciężarówką przez Stany**
21.35 **Miasta, w których straszy** (7, 8) – serial dok.
23.40 **Kobieta na krańcu świata** (3-5) – serial dok.
1.25 **Pojedynki Eda Stafforda**

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

13.50 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2**
14.40 **Turystyczna jazda**
15.00 **Słowo daję!** – mag.
15.10 **Tamte lata, tamte dni** – magazyn kult.
15.40 **Słownik polsko@polski** (679)
16.10 **Na festiwalowej scenie** – widowisko
16.30 **Barwy szczęścia** (3331) – serial obycz.
17.00 **Gra słów. Krzyżówka** (1048)
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **UNESCO: Skarby Polski** – serial dokum.
18.45 **Info Wilno** (1877)
19.05 **Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny** (120) – program inform.

TVP ROZRYWKA

8.20 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (930)
9.25 **Koło fortuny** (2035)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Matki, żony i kochanki** (10) – serial obycz., Polska
14.15 **Pan Mama** (31, 32)
15.15 **Program rozrywkowy**
15.35 **Tak to leciało!** (61)
16.35 **Do śmiechu!** (70)
17.25 **Va banque** (931)
18.00 **Koło fortuny** (2036)
18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.15 **Postaw na milion**

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (49, 50) – serial obycz., Polska
8.00 **Co ludzie powiedzą?** (35, 36) – serial komediowy, Wielka Brytania 1995
9.20 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (29, 30) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (121, 122) – reality show, Polska
14.30 **Kolacja w ciemno** (62, 63) – program rozrywkowy
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (39) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (298, 299) – reality show, Polska

TV 4 DVB-T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (12, 13) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (140)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (488, 489)
10.55 **Na ratunek 112** (1146, 1147) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1575, 1576) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (918-920) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1388)
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (483)
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1389) – serial obycz., Polska
20.00 **Uroczysko** (187, 188)
21.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (120)

TTV HD DVB-T2

7.35 **DeFacto 10** (6, 7)
8.30 **Kartoteka 11** (7, 8)
10.35 **Detektywi** (5, 6)
12.35 **Zakup w ciemno 3** (34) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 4** (33) – reality show
14.35 **Nic do ukrycia 2** (1)
15.35 **Złomowisko PL 4**
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 17** (5)
18.05 **Nauka jazdy 5** (3)
18.40 **Niezwykłe Stany Prokopa 5** (5) – rozr.
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 7** (28) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (26)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (6) – reality show
5.50 **Damy i wieśniaczki. PL 8** (8) – serial fab.-dok., Polska 2024
6.45 **Zgłoś remont** (4) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (1, 2) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 **Kuchenne rewolucje** (2, 1) – program rozrywkowy
15.35 **Jestem z Polski 14** (18) – serial dokum.
16.35 **Jestem z Polski 16** (11) – serial dokum.
17.40 **Kuchenne rewolucje** (17, 1, 2) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY

19.15 **Ranczo 2** (25) – Polska 2007

Namówiony przez żonę doktor Wezół postanawia wyjechać do pracy do Szkocji. Wkrótce wszyscy mieszkańcy Wilkowyj usiłują odwieść lekarza od tego pomysłu.

20.10 **Program informacyjny 19.30**
20.40 **Pogoda**
20.50 **Korona Gór Polski**
21.20 **Polonia 24 Tygodnik**
22.25 **Profilerka Jastrę** (8)
23.15 **Dziennik regionów**
23.40 **Polka po indyjsku**
0.30 **Polacy światu**
0.40 **Rodzinka.pl** (264)

ROZRYWKOWY

22.10 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (42)

Wybór najlepszych skeczy warszawskiej grupy. Kultowe scenki ukazują codzienne sytuacje w krzywym zwierciadle i przypominają, za co widzowie kochają kabaret.

22.50 **Kabaret Letnią Porą** (7) – program rozrywk.
23.50 **Do śmiechu!** (72) – program rozrywkowy
0.45 **Niepewne sytuacje 3** (3) – rozr.
1.10 **Koło fortuny** (2036, 2030) – telet.

DOKUMENTALNY

20.00 **Walka o życie** (4) – Polska 2025

Historie osób, które musiały zmierzyć się z cierpieniem, lecz nie straciły ducha walki. Dzięki wsparciu najbliższych udowadniają, że nadzieja może zwyciężyć nad lękiem.

21.00 **Ambulans** (7, 8) – serial dok., Pol. 2025
23.00 **Gry małżeńskie** (128, 129)
1.00 **Kolacja w ciemno** (63, 64) – pr. rozrywk.
3.05 **Więzienie kobiet** (94, 95) – serial dokum.
4.00 **Zdrady** (129, 130) – serial paradokum.

KRYMINALNY

22.05 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1003)

Kłos i Rosa badają sprawę śmierci kobiety, która spadła z dziesiątego piętra. Wykluczają samobójstwo. Wygłuszone pomieszczenie sugeruje, że ofiarę torturowano.

23.05 **Terminator: Ocalenie** – thriller s.f., USA/Niemcy/Wielka Brytania 2009, 145 min
1.30 **Love Island. Wyspa miłości** (20)
2.35 **Interwencja** – mag.
2.55 **Śmierć na 1000 sposobów** (7) – dok.

REALITY SHOW

22.00 **Życie na kredycie 8** (5, 6) – Polska 2026

Yulliia zaskakuje Jarka i wprawia go w zakłopotanie. W ich związku następują duże zmiany. Ania toczy z Wiesią spór o organizację ważnego dla siebie dnia.

23.05 **Żony Podlasia 3** (4) – serial dok., Pol. 2025
0.05 **Ostre cięcie 12** (5)
1.05 **Boys, boys, boys** (3)
2.05 **Dobra robota 3** (19)
2.40 **Osadzone. Blok F** (13, 14) – paradok., Pol.
3.45 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 8** (5) – serial fab.-dokum.

REALITY SHOW

20.50 **Bitwa o gości** (7)

Karolina i Łukasz zapraszają rywali do swoich kultowych domków. Sebastian i Paulina prezentują autorską Turkusową Wyspę. Agnieszka otwiera podwoje rezydencji z XIX w.

21.50 **Jestem z Polski 16** (13) – serial dokum.
22.50 **Jestem z Polski** (4) – serial dok., Pol. 2023
23.45 **Hotel Paradise 6** (11, 12) – reality show
1.45 **Śluby marzeń** (1) – program rozrywkowy
2.45 **Co nas truje** (2, 3)
4.20 **Zrób coś z tym dzieckiem** (1) – mag.

TVP HD

11.20 **Na sygnale** (627, 628)
12.25 **Ojciec Mateusz 5** (64)
13.20 **Komisarz Alex 3** (28)
14.15 **Ranczo 5** (55, 56) – obycz.
16.10 **Tańcząca ze światem – Maroko** (1) – magazyn
16.40 **Wyższa Szkoła Jazdy** (3)
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 24** (306)
19.20 **Ranczo 6** (66) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (273, 274)
21.25 **Komisarz Alex 25** (311)
22.20 **Greenland** – dramat
FILM katastroficzny, USA/Wielka Brytania 2020, 130 min
0.30 **Spectre** – film sens., Wlk. Bryt./USA 2015, 160 min
FILM

TVS HD

15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel** – krym., Austria
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział** – obycz., Niemcy/Austria
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
19.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Rocznica ślubu** – film obycz., Niem. 2022, 120 min
21.50 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Śniadanie u Tessy** – melodramat, Niemcy 2024, 105 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

ZOOM

6.00 **Kojak 2** (17, 18) – krym.
8.00 **Strażnik Teksasu 8** (24, 25) – serial sensacyjny
9.50 **MacGyver 2** (17, 18)
11.55 **Pułapki umysłu** (5, 6)
13.00 **Wojny magazynowe: Kanada** (36, 1)
14.10 **Pod pokładem 11** (13)
15.25 **Sensacje XX wieku**
17.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Kobra – oddział specjalny 23** (11, 12)
22.00 **Pod pokładem 11** (14)
23.00 **Magia nagości. Szwecja**
23.55 **Magia nagości 6** (9) – rozr.
1.00 **Magia nagości. Dania** (3)
1.50 **I love kabaret** (1, 2, 7, 8)

TLC HD

11.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
12.00 **Miłość bez tłumaczenia**
13.00 **Przyjaźń wielkiej wagi 2**
15.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7**
16.00 **Historie wielkiej wagi** (1)
18.00 **Pokonać otyłość** (7)
19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3** – reality show
20.00 **Rodzina 10+ 8** (10) – rozr.
21.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5** (15)
23.00 **Wiza na miłość: Single na polowaniu**
1.00 **Rodzina 10+ 8** (10) – rozr.

C+ KUCHNIA HD

13.25 **M jak mięso 5** (4, 5) – dok.
14.25 **ABC gotowania – kuchnia turecka** (8)
14.50 **Włoskie życie Sophie Grigson 2** (6, 7) – dok.
15.45 **Z pola na stół** (6, 7) – dok.
16.40 **Jamie Oliver: gotuj sezonowo** (5) – mag. kulin.
17.35 **Jamie Oliver: jedz na zdrowie** (4) – dok.
18.30 **Maximum Foodie 4** (2)
18.55 **M jak mięso 5** (4) – dok.
19.25 **M jak mięso 7** (5, 6) – dok.
20.15 **M jak mięso 10** (6, 7)
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10** (1-3) – serial dokumentalny
23.55 **M jak mięso 10** (1, 2)

TVN TURBO HD

10.15 **Złomowisko PL 9** (8, 9)
12.15 **Naprawy nie do naprawy** (1) – mag.
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Duda kontra Szafrański**
19.00 **Mobilni mechanicy** (2)
19.45 **Zawodowi handlarze**
21.15 **Z drugiej ręki** (9) – mag.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (5) – pr. rozr.
22.45 **Wojny samochodowe** (5)
23.40 **Ciężarówką przez RPA**
0.45 **Naprawy nie do naprawy** (2) – mag.

NOWA TV DVB-T

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (8) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (7) – kom.
10.30 **Więzienie** (112) – dok., Pol.
11.00 **Poirot 11** (2) – serial krym.
15.00 **Świat według Bundych 7** (145-150)
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (5) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (120-122) – serial komediowy, Polska
21.00 **Zdrady** (122) – paradok.
22.00 **Ślad** (33, 34, 98) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (71, 72)
3.50 **Wehikuł czasu** (625, 624)
4.00 **Sala operacyjna** (2, 5)
5.00 **Pod lupą** (12, 13) – mag.

METRO

8.30 **Szpital** (768, 769)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (337, 338)
12.30 **Szkoła** (709) – paradok.
13.30 **Brzydula** (13, 14) – kom.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (6) – serial obycz.
15.45 **The Floor** (7, 8) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 17**
18.00 **Prawo Agaty 6** (8)
19.00 **Kartoteka** (5, 6) – fab.-dok.
21.05 **Kryminalni 2** (4, 5) – krym.
23.15 **Kuba Wojewódzki** (5)
0.25 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4** (7) – dok.
1.30 **Szpital** (764) – paradok.
2.30 **Szkoła** (512, 513) – serial paradokumentalny, Pol.

ANTENA HD DVB-T2

11.55 **Klątwa Wyspy Dębów 6**
13.50 **Australijscy poszukiwacze złota** (7)
14.50 **Australijscy poszukiwacze złota 8** (8)
15.50 **Wojny kontenerowe**
16.50 **77 TV 5** (17, 18) – pr. rozr.
18.50 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (8) – serial kryminalny
20.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (4) – serial krym.
22.10 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (6) – serial kryminalny
23.30 **Detektywi z Bordeaux 4** (5) – serial krym., Fr./Belgia
0.40 **Ewakuacja Ziemi** – dok.

WP DVB-T

12.00 **Wariaci za kierownicą 5**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (11-13) – dok.
16.50 **Pogoda**
17.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 3** (2)
19.00 **Policjanci z sąsiedztwa 5** (4, 6)
21.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2** (10) – serial dok., Pol. 2026
21.55 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 17** (4) – program rozrywkowy
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 8**
0.00 **Przebojowe kabarety** (8)
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 14** (6) – program rozrywkowy

C+ DOMO HD

11.55 **Generalna odbudowa 2**
12.50 **Gardeners' World 16** (27)
14.05 **Cudotwórcy 7** (21) – mag.
15.00 **Kupcie sobie zamek! 2**
15.55 **Daleko od miasta 14**
16.50 **Gardeners' World 16** (30)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (3)
18.55 **Wielkie projekty: nasza ulica 3** (2) – dok., Wlk. Bryt.
19.50 **Letnie inspiracje** (4)
20.00 **Daleko od miasta 15**
21.00 **Cudotwórcy 7** (22) – mag.
22.00 **Monty Don – brytyjskie ogrody** (2) – dok., Wlk. Bryt.
23.10 **Gardeners' World 14** (17)
0.15 **Adres: rezydencje marzeń** (3) – serial dok.
1.30 **Generalna odbudowa 2**

HGTV HD

11.00 **Zarobić na remoncie 10**
11.31 **Usterka 11** (31, 1)
13.00 **Zbudujemy fajny dom 2**
14.05 **Zbudujemy fajny dom** (6)
15.00 **Mieszkanie na miarę 4**
17.00 **Polowanie na ogród 7**
18.15 **Weekendowa metamorfoza 2** (3, 4)
20.05 **Dorota was urządzi!**
21.35 **Będzie pięknie** (7) – rozr.
22.35 **House Hunters – Poszukiwacze domów 5** (7, 8) – pr. rozr.
23.35 **House Hunters – Poszukiwacze domów 6** (1, 2) – pr. rozr.
0.50 **Kupujemy dom na plaży 28** (6, 7) – dok.

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (289) – reality show
7.30 Na ratunek 112 (907, 908) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 Sekrety rodziny (354-356) – paradok.
11.30 Trudne sprawy (940) – serial paradokum.
12.30 Dlaczego ja? (1510, 1511) – paradok.
14.30 Świat według Kiepskich (484-488) – serial kom., Pol. 2016
17.00 48h. Zaginieni (137, 138) – krym., Pol.
19.00 Gliniarze (986) – serial paradokum.
20.00 Ślad (62) – krym., Pol.
21.00 Gliniarze (781) – serial paradokum.

KRYMINALNY

22.00 Komisarz Mama (3) – Polska 2021

Komisarz Matejko prowadzi dochodzenie w sprawie otrucia. Niedoszła ofiara znika. Trop prowadzi funkcjonariuszy do hurtowni alkoholu.

23.00 Świat według Kiepskich (345, 346)
0.00 Ślad (86) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (5)
2.05 Wydarzenia
2.45 Ewa gotuje (539, 540)
3.50 Interwencja – mag.
4.00 SuperLudzie (24, 25)
5.10 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (201)

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 Wydarzenia
6.45 SuperLudzie Extra (57) – magazyn
7.00 Na ratunek 112 (692, 693) – paradok.
8.00 Doktor Martin (37, 38) – serial obycz.
10.00 Wydarzenia
10.30 SuperMocni (12)
11.00 SuperMocni (1)
11.30 Świat według Kiepskich (419-422)
13.30 Bitwa o palety (18)
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 (56)
16.00 Ninja Warrior Polska (26)
18.00 Świat według Kiepskich (493, 494, 536, 537)
20.00 Złomiarze (48) – dok.

DRAMAT SENSACYJNY

21.05 Ryzykanci – USA 1997, 115 min
FILM

Agentowi Jackowi nie udaje się zlikwidować terrorysty Stavrosa. Wkrótce zamachowiec porywa jego żonę. Mężczyzna rusza jej na ratunek. Pomaga mu tajemniczy Yaz.

23.00 Escape Room: Najlepsi z najlepszych – horror, RPA/USA/Węgry 2021, 105 min
FILM
0.45 Świat według Kiepskich (115, 131, 332-335)
4.00 Nasz nowy dom (225, 226)

TV 6 DVB T

6.00 Więzienie (212, 213) – serial dokumentalny
6.55 Policjantki i Policjanci (687, 688) – serial obycz., Polska
8.55 Kobra – oddział specjalny (6, 7) – serial sens., Niemcy
10.55 48h. Zaginieni (115-117) – serial kryminalny, Pol. 2022
13.55 Policjantki i Policjanci (1189) – serial obycz., Polska
14.55 Uroczysko (23, 24) – krym., Pol. 2023-2024
15.55 Kobra – oddział specjalny (8, 9) – serial sens., Niemcy
18.05 Strażnik Teksasu (14, 15) – serial sens., USA 1998-1999

KRYMINALNY

20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (31, 32) – USA

Podczas rundy kwalifikacyjnej wyścigu w Miami ginie w płomieniach pracownik boksu, który tankował pojazd swego zespołu. Horatio podejrzewa zabójstwo.

22.00 Czarna lista (16) – serial kryminalny
23.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (697, 698) – krym., Pol.
1.00 Kości (97, 98) – krym.
3.00 Cobra Kai (18)
3.40 Septagon (84, 85)

BBC FIRST HD

6.00 Zagadki doktora Blake'a 2 (3) – krym.
6.55 Śledztwa siostry Bonifacji 2 (5, 6)
8.45 Lewis 3 (8) – krym.
9.45 Ojciec Brown 13 (4)
10.45 Śmierć pod palmami 14 (6)
11.50 Zagadki doktora Blake'a 2 (3) – krym.
13.00 Śledztwa siostry Bonifacji 2 (7, 8)
15.00 Ojciec Brown 6 (8)
16.00 Lewis 3 (8) – krym.
17.00 My Life is Murder 2 (2) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midsomer 19 (6) – krym., Wlk. Bryt. 2016
19.55 Śmierć pod palmami 14 (7) – serial kryminalny

KRYMINALNY

21.00 Na niebieskich światłach 3 (1)

Zostaje aresztowany młody handlarz narkotyków. Dochodzi do ujawnienia szeroko zakrojonego spisku w Belfaście. Grace ponosi konsekwencje swoich błędów.

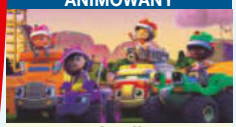
22.05 Ojciec Brown 13 (10)
23.05 Śledztwa siostry Bonifacji 2 (7, 8)
1.10 Śmierć pod palmami 14 (7)
2.15 Morderstwa w Midsomer 19 (6)
3.50 My Life is Murder 2 (2) – serial kryminalny
4.40 Moja rodzinka 2 (1)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

9.30 Domisie – dla dzieci
10.00 Zwierzaki Czytaki (257) – program eduk.
10.20 Bajki Bolka i Lolka
10.45 Pamiętnik Florki
11.05 Małe i duże przygody Miffy (39)
11.20 Świnka Peppa (1, 2)
11.35 Stacyjkowo
11.55 Strażak Sam (18, 19)
12.25 Domisie – dla dzieci
12.55 Halo, halo! (79)
13.00 Szkoła z Kleksem Bystrzakiem (2)
13.20 Pszczółka Maja (46)
13.50 Lupin wśród bajek
14.05 Lassie i przyjaciele
14.30 Świnka Peppa 8
14.45 Kid Lucky (25, 26)
15.15 Al-chemik (40) – mag.
15.35 Bella i Sebastian
16.05 Krecio (9, 10) – anim.

ANIMOWANY



16.35 Rev i Roll (25, 51) – Kanada 2018

Rev i Rumble zajmują się szczeniaczkiem. Próbują nauczyć go zabawy w chowanego. Wkrótce zwierzak ukrywa się tak umiejętnie, że nikt nie potrafi go znaleźć.

17.05 Dino Ranczo (124, 125) – anim., Kan.
17.30 Piotruś Królik (11, 12) – serial anim.
18.00 Kucharz Shane (27, 28) – serial anim.
18.25 Leo da Vinci 2
19.00 Tyciaki
19.20 44 Koty 2
19.45 Bazgrolinka

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – inf.
16.00 Fakty po południu
18.00 Tak jest – pr. publ.
19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach – program inform.
20.00 Kropka nad i – publ.

MAGAZYN

20.30 Czarno na białym

Patrycja Redo-Łabędziewska analizuje wydarzenia, które wywarły największy wpływ na życie polityczno-społeczne Polaków.

21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.27 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach
1.20 Kropka nad i – publ.
1.50 Tak jest – pr. publ.
2.50 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
3.10 Akademia ogrodnika – mag.
3.20 Kropka nad i – publ.

POLSAT PLAY HD

6.00 Dorwać tuńczyka (4-6)
9.10 Wojny magazynowe
10.05 Wojny kontenerowe (5, 6) – serial dokumentalny
11.05 Hardkorowy lombard (147-152) – serial dok., USA
14.00 Polacy za granicą (131, 132) – serial dok., Pol.
16.00 Złomiarze (15, 16) – dok.
18.05 Poszukiwacze historii (133-136) – serial dokum.
20.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (220-223)
22.00 Górale (235) – serial dok.
22.30 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (222, 140, 139, 142, 141, 143-148)
4.05 Starożytni kosmici

FOOD NETWORK HD

10.35 MasterChef (7) – pr. rozr.
12.05 Sexy kuchnia Magdy Gessler (9, 1) – mag. kulin.
13.10 Sąsiedzi kontra sąsiedzi
14.10 Akcja: Restauracja! (6)
15.10 Ogniem i patelnią 3 (7)
16.15 Kuchenne rewolucje (13)
17.15 Odkrycia Magdy Gessler
17.50 Apetyt na miłość (10)
18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków (9)
19.50 Bójka na plaży 2 (1)
20.55 Miasto smaków Guya Fieriego (1) – reality show
22.00 Pyszne miejscówki (9)
23.00 Akcja: Restauracja! (6)
0.00 Człowiek kontra jedzenie (2-4) – mag. kulin.

POLSAT RODZINA HD

10.25 Sąsiedzi (24) – serial anim.
10.35 Świat z góry. Parki narodowe (3) – serial dok.
11.35 Bogaty dom – biedny dom (115) – reality show
12.35 Rodzina zastępcza (201, 202) – kom., Pol. 2005
14.35 Niezwykłe konstrukcje
15.50 Cuda oceanu (3, 4) – dok.
17.05 Pingwiny z Madagaskaru (32-35)
19.00 Rodzina zastępcza (297)
20.00 Całkiem nowe lata miodowe (16, 17) – kom.
21.10 Miodowe lata (88) – kom.
22.00 Nasz nowy dom
23.55 Nieznane zdjęcia Hitlera (3, 4) – serial dok., Wlk. Bryt.

BBC LIFESTYLE HD

9.30 Ekskluzywne hotele
11.30 Wielkie brytyjskie wypieki 12 (4, 5) – pr. rozr.
13.40 Jak mądrze schudnąć? 3
14.40 Konopie: lek czy narkotyk? – film dokum.
15.40 Zapraszam do stołu 22
17.50 Najpiękniejsze domy: Nowa Zelandia (5) – rozr.
18.50 Mistrzowie ceramiki 3
19.45 Wielkie brytyjskie wypieki 12 (6) – pr. rozr.
21.00 Konopie: lek czy narkotyk? – film dokum.
22.00 Liftingi i wypełniacze
23.10 Wstydliwe choroby (3)
0.10 Wielkie taneczne show 20 (23, 24) – pr. rozr.

NICK JR. HD

16.40 Psi Patrol 6 (17) – anim.
17.00 Rubble i jego ekipa 4 (10)
17.10 Rubble i jego ekipa (10)
17.30 Pan Krokodyl (4) – anim.
18.00 Barbapapa i jego rodzinka (13) – serial anim.
18.30 Tim Rex wśród gwiazd 2 (4, 5) – serial animowany
18.55 Przygody Misia Paddingtona 2 (14)
19.25 Przygody Misia Paddingtona (10, 13)
20.00 Świnka Peppa 3 (22-26)
20.30 Małe Królestwo Bena i Holly (25) – serial anim.
21.00 Barbapapa i jego rodzinka (13-15) – anim.
22.20 Psi Patrol 3 (2) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.55 Pogoda
15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15:50
16.10 Więcej „Wydarzeń" – inf.
16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
18.00 Punkt widzenia Szubartowicza – pr. publ.
19.15 Gość „Wydarzeń" – publ.
19.50 Debata Gozdyry – publ.
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie – pr. inf.
23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny
0.00 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.

TVP KOBIETA DVB T2

14.00 Omnibus – szybcy i mądrzy (11) – teleturniej
14.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka
14.50 Operacja zdrowie (56)
15.30 Ojciec Mateusz 33 (427, 428) – krym., Pol. 2025
17.25 Wyspy Kanaryjskie (4)
18.30 Żona dla Polaka. Toronto (3) – reality show
19.30 Miłość i nadzieja (285)
20.30 Wichrowe wzgórze (266) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (260) – obycz.
22.30 Jak pies z kotem – komediodramat, Polska 2018, 115 min
FILM

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 Plastyczna fuszerka
12.30 Z kamerą u Kardashianów (1, 2)
14.20 Tyler Henry – medium z Hollywood (9) – pr. rozr.
16.10 Plastyczna fuszerka
18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
18.30 Z kamerą u Kardashianów (7, 8)
20.30 Tyler Henry – medium z Hollywood (2, 3) – rozr.
22.30 Plastyczna fuszerka
0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
1.00 Z kamerą u Kardashianów (1, 2)
3.00 Plastyczna fuszerka

TV TRWAM DVB T

17.30 Odpowiedzialni za Kościół – cykl reportaży
17.55 Poczet wielkich Polaków – pr. hist.
18.00 Anioł Pański
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończone – pr. publ.
19.30 Każdy maluch to potrafi
19.45 Modlitwa – religijny
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Głos Polski – cykl fel.
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Głos serca (131) – obycz.
22.45 To nic takiego – film dok.

BBC BRIT HD

9.25 The Best of Top Gear Series 29 & 30 (4) – mag.
10.30 Warsztat Hammonda 4
11.30 Narodziny miliarderów
12.35 Top Gear 6 (10) – mag.
13.35 Warsztat Hammonda 5
14.35 Cuda inżynierii 6 (2)
15.40 Najsłabsze ogniwo (9)
16.45 Narodziny miliarderów
17.50 Top Gear 6 (11) – mag.
18.55 Cuda inżynierii 6 (2)
20.00 Narodziny miliarderów
21.00 Fenomeny współczesnego życia 2
22.00 Nieznane dzieje II wojny światowej (6) – serial dok.
23.00 Top Gear 6 (10) – mag.
0.00 Najsłabsze ogniwo (9)

MINI MINI+ HD

15.36 Jeżyk Happy (21, 22)
15.55 Mały Charlie (8) – anim.
16.05 Mega Ekspres (15, 16)
16.30 Ciekawski George (6)
17.00 Strażak Sam 16 (11, 12)
17.25 Staś i fajna Babcia
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.56 Smerfy (28) – serial anim.
18.25 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia (5, 6) – serial anim., Japonia
18.50 Baczne oczka (3, 4)
19.05 Kicia Kocia 2 (4, 5) – anim.
19.25 Mały Charlie (8) – anim.
19.36 Jeżyk Happy (21, 22)
19.52 Basia 2 (5) – serial anim.
20.05 Wierszyki domowe (1-3)
20.35 Dolina Muminków 2 (6)

TVP 3 DVB T2

13.00 Agrobiznes
13.20 Agropogoda
13.30 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz
14.20 Poznaj region
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny
15.20 Serwis Info Dzień – inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Całkiem niezła historia
19.45 Kryminalna siódemka
20.00 Dziennik regionów – inf.
20.13 Gość Regionów – pr. publ.
20.30 Telekurier – mag., Polska
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów – inf.
22.30 Złoty chłopak (181) – serial obycz., Turcja 2022

20

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

Warto zobaczyć

14.40 C+ FILM
Ida
OBYCZAJOWY Młoda zakonnica zgodnie z wolą matki przełożonej odwiedza jedyną żyjącą krewną. Poznaje tragiczną historię swojej rodziny. *Reż.: Paweł Pawlikowski, A: Agata Kulesza, Agata Trzebuchowska, Jerzy Trela Polska/Dania 2013* **80 min ► do godz. 16.00**

15.35 FILMBOX+ HITS
Iluzja
THRILLER Grupa magików w trakcie występu w Las Vegas rabuje bank... w Paryżu, a pieniądze rozdaje widzom. FBI rozpoczyna śledztwo. *Reż.: Louis Leterrier, A: Jesse Eisenberg, Mark Ruffalo, Woody Harrelson Francja/USA 2013* **125 min ► do godz. 17.40**

15.50 ALE KINO+
Włamanie na śniadanie
KOMEDIA KRYMINALNA Sfrustrowana gospodyni domowa dołącza do dwóch rabusiów, co komplikuje im plany. *Reż.: Barry Levinson, A: Bruce Willis, Billy Bob Thornton, Cate Blanchett USA 2001* **145 min ► do godz. 18.15**

18.00 HBO
Agentka
KOMEDIA Susan pracuje jako analityczka CIA. Gdy agent, któremu pomaga, zostaje zdekonspirowany, pierwszy raz sama rusza w teren. *Reż.: Paul Feig, A: Melissa McCarthy, Jason Statham, Rose Byrne USA 2015* **120 min ► do godz. 20.00**

18.20 WARNER TV
Taxi 3
KOMEDIA SENSACYJNA Niezdarny policjant odkrywa kryjówkę bandy napadającej na banki. Przyjaciel taksówkarz rusza mu na pomoc. *Reż.: Gérard Krawczyk, A: Samy Naceri, Frédéric Diefenthal, Ling Bai Francja 2003* **100 min ► do godz. 20.00**

19.50 TVP KULTURA
Pocałunek mordercy
KRYMINALNY Bokser Dave ratuje kobietę z rąk napastnika, którym okazuje się jej szef i kochanek. Między ofiarą a jej wybawcą rodzi się uczucie. *Reż.: Stanley Kubrick, A: Frank Silvera, Jamie Smith, Irene Kane USA 1955* **85 min ► do godz. 21.15**

20.00 HBO
Złoto
SENSACYJNY Virgil znajduje na pustyni samorodek złota. Jego kolega ma sprowadzić koparkę, a on czuwa przy skarbie. Musi walczyć o przetrwanie. *Reż.: Anthony Hayes, A: Zac Efron, Akuol Ngot, Thiik Biar, Andreas Sobik Australia 2022* **95 min ► do godz. 21.35**

20.00 STOPKLATKA
Kingsajz
KOMEDIA Krasnoludek, który odkrył skład eliksiru powiększającego, zostaje uwięziony przez tyrana. Na pomoc rusza mu jego przyjaciel, Olo. *Reż.: Juliusz Machulski, A: Jerzy Stuhr, Jacek Chmielnik, Katarzyna Figura Polska 1987* **145 min ► do godz. 22.25**

→ filmowe hity

Morski rabuś wraz z dawną ukochaną chce odkryć legendarne źródło życia.

19.55 POLSAT
Piraci z Karaibów: Na nieznanych wodach

PRZYGODOWY Awanturnik wyrusza z okrutnym Czarnobrodym i jego córką na kolejną eskapadę.

HIT DNIA Londyn. Charyzmatyczny Jack Sparrow zostaje pojmany, a następnie przewieziony przed oblicze króla Jerzego II. Władca żąda, by pirat razem z kapitanem Barbossą odnalazł legendarną Fontannę Młodości. Przebiegły awanturnik wykorzystuje swój spryt, żeby odzyskać wolność. W jednej z tawern przypadkowo spotyka swoją dawną miłość, Angelicę Pomaga jej zbiec przed brytyjskimi żołnierzami. Niebawem budzi się na pokładzie Zemsty Królowej Anny – statku, którym dowodzi owiany złą sławą Czarnobrody. Okazuje się, że on również pragnie dotrzeć do źródła długowieczności. Ma nadzieję, że dzięki temu zdoła uniknąć tragicznego losu. Rozpoczyna się emocjonująca wyprawa. **HD 180 min ► do godz. 22.55**

USA 2011 **Reż.:** Rob Marshall **Wyst.:** Johnny Depp, Penélope Cruz, Geoffrey Rush, Ian McShane, Gemma Ward

20.00 TVN 7
Miłosny bestseller
KOMEDIA ROMANTYCZNA Henry (Sam Claflin) dowiaduje się, że jego powieść stała się hitem w Meksyku. Na miejscu odkrywa, że tłumaczka Maria (Verónica Echegui) zmieniła jego nudną prozę w porywający erotyk.

Reż.: Analeine Cal y Mayor Wyst.: A. Clarke Meksyk 2022 **HD 140 min ► do godz. 22.20**

20.00 TV PULS
Czarny pies
SENSACYJNY Jack (Patrick Swayze) ma przewieźć ładunek. Odkrywa, że transportuje ukrytą broń, a wspólnik pracodawcy zamierza przejąć towar. Kiedy próbuje się wycofać z umowy, szef uprowadza jego rodzinę.

Reż.: Kevin Hooks Wyst.: Meat Loaf USA 1998 **HD 115 min ► do godz. 21.55**

20.00 KINO POLSKA
Zabawa zabawa
OBYCZAJOWY Trzy kobiety zmagają się z nałogiem. Lekarka Teresa pijana przychodzi na dyżur. Prokuratorka Dorota (Agata Kulesza) unika konsekwencji dzięki immunitetowi. Magda zaś doświadcza napaści na imprezie.

Reż.: Kinga Dębska Wyst.: Maria Dębska Polska 2018 **110 min ► do godz. 21.50**

22.05 TV 4
Stan oblężenia
THRILLER Nowy Jork jest sparaliżowany po serii ataków. Sytuację próbują opanować szef komandosów Hubbard (Denzel Washington) i Kraft z NSA. Do akcji wkracza generał Devereaux, znany z brutalnych metod działania.

Reż.: Edward Zwick Wyst.: Annette Bening USA 1998 **HD 145 min ► do godz. 0.30**

22.50 TVN
Epidemia strachu
THRILLER SF Żona Mitcha (Matt Damon) umiera po powrocie z Hongkongu na nieznaną chorobę. Wybucha pandemia. Kilku fachowców, w tym dr Cheveer (Laurence Fishburne), próbuje powstrzymać rozprzestrzenianie się wirusa.

Reż.: Steven Soderbergh Wyst.: Kate Winslet USA/ZEA 2011 **HD 125 min ► do godz. 0.55**

22.55 POLSAT
Van Helsing
HORROR SF Pogromca wampirów Gabriel (Hugh Jackman) ma unicestwić łaknącego krwi arystokratę. Wraz z sojusznikami, zakonnikiem Carlem (David Wenham) i Anną Valerious (Kate Beckinsale), rusza do Transylwanii.

Reż.: Stephen Sommers Wyst.: Shuler Hensley USA 2004 **HD 170 min ► do godz. 1.45**

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

→ filmowe hity

Bob zostaje wrobiony w przestępstwo. Próbuje znaleźć prawdziwego sprawcę.

20.00 TVN

Strzelec

SENSACYJNY Amerykański snajper pada ofiarą misternej intrygi. Trafia na trop zbrodniczego spisku.

HIT DNIA

Podczas wojny w Etiopii ginie przyjaciel snajpera Boba Lee Swaggera, a on sam cudem uchodzi z życiem. Po powrocie do kraju zamieszkuje w górach. Pewnego dnia składają mu wizytę agenci CIA. Twierdzą, że planowany jest zamach na prezydenta, a on ma wyśledzić podejrzanego. W trakcie akcji zostaje jednak wrobiony w zabójstwo towarzyszącego głowie państwa arcybiskupa i od tej pory musi uciekać. Nawiązuje kontakt z inicjatorem spisku, który odkrywa przed nim prawdziwe oblicze polityki. HD 170 min ▶ do godz. 22.50

USA 2007 **Reż.:** Antoine Fuqua **Wyst.:** Mark Wahlberg, Michael Pena, Danny Glover, Kate Mara, Elias Koteas

→ sport

3.50 TVP 1

Turcja – USA

PIŁKA NOŻNA LIVE Reprezentacje te w ubiegłym roku zmierzyły się w meczu towarzyskim. Wówczas 2:1 wygrali Turcy. Choćby dlatego Amerykanom nie powinno zabraknąć motywacji do walki o zwycięstwo w meczu kończącym zmagania w mundialowej grupie D. HD 155 min ▶ do godz. 6.25

15.00 POLSAT SPORT 2

Turniej ATP na Majorce

TENIS LIVE Czas na półfinały. Czy wystąpi w nich Ignacio Buse? W maju Peruwiańczyk zaskoczył cały tenisowy świat, wygrywając turniej w Hamburgu. Z French Open odpadł jednak już w 1. rundzie. HD 120 min ▶ do godz. 17.00

→ rozrywka

20.00 POLSAT CAFÉ

Randka w ciemno

REALITY SHOW W tej odsłonie romantycznej zabawy wybierać partnera będzie 40-letnia fryzjerka i rolniczka z Konina, Monika. To odważna i zaradna kobieta, gotowa na znalezienie miłości. Jednym z kandydatów jest Łukasz. Uczestnikom kibicuje Piotr Gąsowski. 60 min ▶ do godz. 21.00

20.15 C+ KUCHNIA

Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków

KULINARIA Hollywoodzka aktorka udaje się do Andaluzji, która słynie z flamenco i plaż Costa del Sol. Lokalna kuchnia łączy wpływy hiszpańskie, arabskie i śródziemnomorskie. HD 55 min ▶ do godz. 21.10

20.00 METRO

Gang Story

KRYMINALNY Momon Vidal (Gérard Lanvin) wychował się w taborze. Stał na czele gangu, który wsławił się napadami. Wyrzekł się jednak przemocy. Pewnego dnia spotyka dawnego przyjaciela, który potrzebuje wsparcia.

Reż.: Olivier Marchal Wyst.: Tchéky Karyo
Francja 2011 HD 125 min ▶ do godz. 22.05

21.05 AXN

W 80 dni dookoła świata

PRZYGODOWY XIX-wieczny Londyn. Wynalazca Phileas Fogg (Steve Coogan) zakłada się, że w niecałe trzy miesiące okrąży kulę ziemską. Towarzyszą mu znający sztuki walki lokaj Passepartout i Monique.

Reż.: Frank Coraci Wyst.: Jackie Chan
USA 2004 HD 140 min ▶ do godz. 23.25

20.50 TVP 1

Norwegia – Francja

PIŁKA NOŻNA LIVE To jeden z najciekawiej zapowiadających się meczów fazy grupowej mundialu. Na zakończenie zmagań w grupie I wicemistrzowie świata spróbują uniknąć losu Włochów, którzy w eliminacjach nie dali rady Norwegom. HD 160 min ▶ do godz. 23.30

21.00 TV 4

Gwiazdy Kabaretu

SATYRA Przegląd najlepszych ekip sezonu. Widzowie zobaczą grupę Smile w skeczu „Paszport". Kabaret Czesuaf zaprezentuje „Tydzień po świętach", Układ Komediowy „A jakby się tak zamienić", a Kabaret Ciach – „SPA u dziada". HD 65 min ▶ do godz. 22.05

23.00 PULS 2

Solomon Kane: Pogromca zła

FANTASY XVII wiek. Łowca potworów (James Purefoy) nie zawsze staje po stronie dobra. Pewnego razu spotyka wysłannika diabła. Gdy dowiaduje się, że czeka go potępienie, próbuje zmienić swoje życie.

Reż.: M.J. Bassett Wyst.: Max von Sydow
Francja 2009 HD 125 min ▶ do godz. 1.05

23.30 TVP 1

Pułapka

SENSACYJNY Bezrobotny aktor Maciek (Marek Kondrat) po wieloletnim pobycie w USA wraca do Polski. Ma problemy z odnalezieniem się w zupełnie obcej rzeczywistości. Otrzymuje pracę jako stróż opuszczonego domu.

Reż.: Adek Drabiński Wyst.: Joanna Benda
Polska 1997 HD 130 min ▶ do godz. 1.40

1.50 TVP 1

Urugwaj – Hiszpania

PIŁKA NOŻNA LIVE W kadrze mistrzów Europy aż roi się od gwiazd futbolu. Urugwaj jednak też ma solidnych piłkarzy. Manuel Ugarte, Federico Valverde i spółka są zdolni do tego, by urwać punkty faworytom MŚ. HD 155 min ▶ do godz. 4.25

→ dokument

20.00 POLSAT VIASAT HISTORY

Kobiety pod piracką banderą

HISTORIA Anne Dieu-le-Veut, żona morskiego rabusia, według legendy towarzyszyła mu w morskich wyprawach. Jej losy zainspirowały Mary Read. HD 60 min ▶ do godz. 21.00

TVP 1 HD DVB-T2

3.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE
3.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026: Turcja – USA LIVE
6.25 Na granicy wymarcia – dok.
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Welon, fura i brawura (4)
8.00 Serwis Info – program inform.
8.10 Pogoda Info
8.15 Czterdziestolatek (20) – serial obyczajowy, Polska 1977
9.20 Ranczo 6 (66) – obycz., Pol. 2012
10.15 Komisarz Alex 6 (75) – serial kryminalny, Polska 2014
11.05 Ojciec Mateusz 14 (183) – serial kryminalny, Polska 2015
12.00 Serwis Info – program inform.
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda – program inform.
12.40 Magazyn rolniczy
12.55 Natura w Jedynce: Ukryte cuda europejskiej przyrody (3) – serial dokumentalny, Hol.
14.00 Złoty chłopak (321)
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1055)
16.00 Dziedzictwo (960) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.05 Reporterzy – mag. reporterów
18.25 Akacjowa 38 (899) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE

TVP 2 HD DVB-T2

4.35 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2023
5.30 M jak miłość (1782) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.20 Anna Dymna – spotkajmy się: Anna Pilch-Stasiak – talk-show
6.55 Barwy szczęścia (3341) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Operacja zdrowie (72) – magazyn medyczny
12.00 Rodzinka.pl (24): W szponach konsumpcji – serial komediowy, Polska 2011
12.35 Koło fortuny (1871) – teleturniej
13.15 Panna młoda (130) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (998) – teleturniej
14.35 Na sygnale (863): Kto pyta, nie błądzi – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (420) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 Koło fortuny (1872) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (131) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (999) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3341) – serial obyczajowy, Polska 2026
Łukasz spotyka się z czytelnikami. Następnie spędza z Celiną namiętny wieczór. Karol zostaje zaatakowany w szpitalu przez pacjenta. Hubert przekazuje Darkowi tragiczne wieści.

POLSAT HD DVB-T2

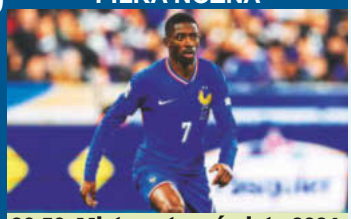
4.55 Disco Gramy
5.40 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.00 halo tu polsat – magazyn
11.30 Gliniarze (854, 855) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1484, 1485) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Antonina, babcia Marii Kurowskiej, niemal pada ofiarą telefonicznych oszustów. Przekonana, że ratuje syna Pawła, zamierza oddać swoje oszczędności, jednak Fabian, narzeczony jej wnuczki, demaskuje przekręt. Kiedy rodzinie wydaje się, że niebezpieczeństwo minęło, Maria sama staje się celem kolejnego podstępu.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1051, 1052) – serial paradokumentalny, Polska 2025
ABN pod dowództwem Artura Króla przeprowadza nalot na mieszkanie Natalii. Oficerom zależy na zatrzymaniu Filipa, jej życiowego partnera. Mężczyzna jednak ucieka i zabiera ze sobą Antosia. Rozpoczyna się wyścig z czasem. Detektywi próbują odnaleźć syna Natalii. Przy okazji odkrywają mroczne tajemnice Filipa.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

TVN HD DVB-T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1680) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (11): Warszawa – Bistro Rozmaryn – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.25 Kuchenne rewolucje (4, 8): Banino, Smacznego; Zielona Góra – Kuchnia na Górce – program rozrywkowy
13.40 Ukryta prawda (1665, 1666, 1715) – paradok., Polska
Dorota po rozstaniu z mężem przenosi się z synem Kostkiem do miasteczka pod Warszawą. Nastolatek źle radzi sobie z rozwodem rodziców. Pewnego dnia nie pojawia się w szkole. Nie odbiera też telefonu.
16.50 Szpital św. Anny (55) – serial obyczajowy, Polska 2025
Matka Tomka oferuje Marcie pomoc w schwytaniu prześladowcy. Ratowniczka jest mile zaskoczona. Zosia i Filip są gotowi do przeprowadzki. Ich plany ulegają zmianie po telefonie w sprawie Kalinki.
17.55 Detektywi (179) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
Klient śledczych wątpi w samobójstwo swojej siostry. Kobieta niedawno wróciła z leczenia odwykowego. Jej brat podejrzewa swoją narzeczoną o przyczynienie się do jej śmierci. Obie często się kłóciły.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.50 Uwaga! – magazyn reporterów

20

PIŁKA NOŻNA

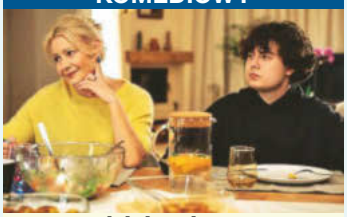


20.50 Mistrzostwa świata 2026: mecz grupy I: Norwegia – Francja LIVE

Hit trzeciej serii spotkań, który może okazać się meczem o pierwsze miejsce w grupie I. Wikingów i liderujących w rankingu FIFA Trójkolorowych dzieli w tym zestawieniu przepaść – 30 lokat. Ostatnim razem Norwegowie i Francuzi zagrali ze sobą w 2014 roku w meczu towarzyskim. Les Bleus odnieśli wówczas gładkie zwycięstwo 4:0.

23.30 Pułapka – film sensacyjny, Polska 1997, reż. Adek Drabiński, wyk. Marek Kondrat, Joanna Benda, Bogusław Linda, Zbigniew Zamachowski, 130 min FILM
1.40 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio LIVE
1.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy H: Urugwaj – Hiszpania LIVE
4.25 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny
4.40 Pytanie dnia – program publicystyczny
5.00 Reporterzy – magazyn reporterów
5.10 Oko na świat – magazyn
5.35 Zakończenie

KOMEDIOWY

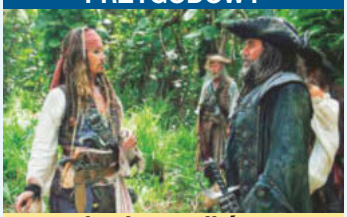


20.05 Rodzinka.pl (296): Trójkąt – Polska 2025

Dianka poznaje lepiej Ludwika oraz jego rodzinę. Podczas nieobecności Boskiego zjawia się Marek. Adela zastanawia się nad celem jego wizyty. U Tomka i Magdy gości Paula, która przy okazji poznaje Sonię. Między dziewczynami dochodzi do ostrej wymiany zdań. Kiedy Natalia odkrywa marzenia męża, nie kryje rozczarowania.

20.40 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Bielsko-Biała – widowisko
22.45 To jest grane (94) – program muzyczny
23.25 Summer Night – koncert Schönbrunn 2026 – koncert
W pałacu Schönbrunn w Wiedniu odbyła się 23. edycja „Koncertu Nocy Letniej”. Filharmonicy Wiedeńscy wystąpili pod dyrekcją Lorenzo Viottiego. Gościem specjalnym był Bryn Terfel.
1.15 Ania – film dokum., Polska 2022
2.55 Akacjowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015
3.50 Rodzinka.pl – kom., Polska 2025
4.15 Zakończenie

PRZYGODOWY



19.55 Piraci z Karaibów: Na nieznanych wodach – USA 2011, 180 min FILM HIT DNIA

Ekscentryczny Jack Sparrow zostaje pojmany i przewieziony przed oblicze króla. Władca żąda, aby odnalazł legendarną Fontannę Młodości. Pirat wyrusza na poszukiwania wraz ze swoją dawną ukochaną.

22.55 Van Helsing – horror s.f., USA/Czechy 2004, reż. Stephen Sommers, wyk. Hugh Jackman, Kate Beckinsale, Richard Roxburgh, 170 min FILM
Pogromca wampirów Gabriel Van Helsing ma wytropić i unicestwić legendarnego hrabiego Drakulę. Pomagają mu zakonnik Carl i Anna, która chce zmazać ciążącą na jej rodzie klątwę.
1.45 Pierwszy śnieg – film kryminalny, Wielka Brytania/USA/Szwecja 2017, reż. Tomas Alfredson, wyk. Michael Fassbender, Rebecca Ferguson, Charlotte Gainsbourg, Jonas Karlsson, 155 min FILM
4.20 Kabaretowa Ekstraklasa (127) – program rozrywkowy

DRAMAT SENSACYJNY

20.00 Strzelec – USA 2007, 170 min FILM

Snajper Bob zostaje wrobiony w zabójstwo arcybiskupa Etiopii. W oczyszczeniu z zarzutów pomaga mu między innymi agent FBI, Memphis. Wkrótce Bob nawiązuje kontakt z inicjatorem spisku, senatorem Meachumem.

22.50 Epidemia strachu – thriller s.f., USA/Zjednoczone Emiraty Arabskie 2011, reż. Steven Soderbergh, wyk. Matt Damon, Marion Cotillard, Laurence Fishburne, Kate Winslet, 125 min FILM
Po powrocie z Hongkongu do USA żona Mitcha Emhoffa, Beth, umiera. Lekarze nie wiedzą, co się stało. Wkrótce całą planetę ogarnia pandemia.
0.55 Posejdon – film katastroficzny, Japonia/USA 2006, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Kurt Russell, Josh Lucas, Richard Dreyfuss, Jacinda Barrett, 130 min FILM
3.05 Kuba Wojewódzki (10) – talk-show
4.10 Uwaga! – magazyn reporterów
4.25 Szpital św. Anny (123) – serial obyczajowy, Polska 2026

P! Premiera w TV

TVN 7 HD DVB-T2

5.20 Ten moment (45) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (752-754) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1328, 1425, 1426) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1069-1071): Fryzjerki; Piknik; Szał – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2013
14.00 Detektywi (112): Duchy przeszłości – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
15.00 Szpital (758) – serial paradokumentalny, Polska 2018
16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (500, 501): Śmierć za śmierć; Matka po latach – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (8) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Emeryt twierdzi, że próbowano go oszukać metodą na wnuczka. Chce, aby policjanci wsparli go w przygotowaniu obławy. Strażacy wspólnie z ratownikami pomagają chłopcom pozostawionym w domu bez opieki.
19.00 Ukryta prawda (1519) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Dagmara kłóci się z partnerem, któremu nie podoba się to, że poświęca czas na obserwowanie influencera Brunona. Okłamuje ukochanego, by udać się na warsztaty zorganizowane przez celebrytę. Spotkanie nie spełnia jej oczekiwań.

TV PULS HD DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (19, 20): Ustawka; Odpłata – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (18, 1): Powaga życia; Śmierć bez ostrzeżenia – serial sensacyjny, Niemcy
10.00 Maria z przedmieścia (35, 36) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (104) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Juan Miguel wyznaje Marichuy miłość. Ona prosi, by zapomniał o niej i dziecku. Wie, że nie zostawi on Blanki. Ma ma wyrzuty sumienia z powodu Cecilii. Omar spotyka w restauracji Ivette.
13.00 Wspaniałe stulecie (38) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (23) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (518, 519) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (24) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Michał dostarcza paczkę do mieszkania chłopca ze spektrum autyzmu. Okazuje się, że zamówił on dla swojego pająka ptasznika specjalistyczną karmę – larwy mącznika.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (961, 962) – serial obyczajowy, Polska 2026
Asia zrezygnowała z kariery, by zajmować się synem i domem. Mąż ogranicza jej dostęp do pieniędzy. Kobieta z pomocą Alicji planuje ucieczkę. Łanda i Jędrzej ulegają wypadkowi.

PULS 2 HD DVB-T2

5.50 Ale numer! 20 (3) – program rozrywkowy
6.40 Smerfy 2 (42) – serial anim., Bel./USA/Francja 2021
6.55 Jeżyk i Przyjaciele (7, 6) – serial animowany, Polska
7.30 Psi Patrol (14) – serial animowany, Kanada/USA 2013
7.50 Superkoty (7) – serial anim., USA
8.30 Myszka Miki: Frajdomek 2 (27) – serial anim., USA 2022
8.50 Masza i Niedźwiedź 2 (3, 4) – serial animowany, Rosja 2014
9.20 Świnka Peppa (25, 26) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
9.30 Bing 4 (15, 16) – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia
9.45 Basia (6, 7) – serial anim., Polska
10.10 Jeżyk i Przyjaciele (5) – serial animowany, Polska 2023
10.35 Spidey i superkumple 2 (36, 35) – serial anim., USA 2022
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz (29, 30) – serial anim., Fr. 2021
12.00 Psi Patrol 8 (2) – serial animowany, USA/Kanada 2021
12.35 Marta mówi (7) – serial anim., USA/Kanada/Filipiny 2008
13.00 Smerfy (150) – anim., Bel. 1984
13.35 Gumisie 4 (3) – serial animowany
14.00 Kacze opowieści (65, 1) – serial animowany, USA 1987
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (17, 18) – anim., Francja/Korea Południowa/Jap.
16.00 Fineasz i Ferb 2 (1, 2) – serial animowany, USA 2007-2011
17.00 Smerfy (149) – anim., Bel. 1984
17.35 Gumisie 4 (2) – serial animowany
18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (3, 4) – serial animowany, USA

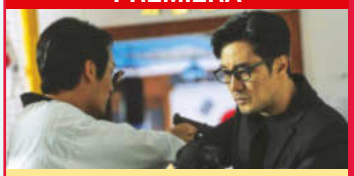
NETFLIX

PREMIERA

CHŁOPAK Z OSTATNIEGO RZĘDU

Heo Mun-oh (Choi Min) jest zgorzkniałym wykładowcą literatury, a jednocześnie niespełnionym pisarzem. Mężczyzna dostrzega niezwykły talent u jednego ze swoich studentów, Lee Kanga. Musi przekonać zamkniętego w sobie chłopaka, by otworzył się na świat.
▶obycz. (6 odc.), Korea Płd. 2026

PREMIERA



REAKTYWACJA AGENTA KIMA

Kim (Kim-bu-jang) od 25 lat zajmuje kierownicze stanowisko w tej samej firmie. Niespodziewanie traci posadę. Skupiony wyłącznie na pracy mężczyzna zaniedbywał bliskich, a oni teraz zrywają z nim kontakt. Zrozpaczony Kim musi znaleźć sens życia, odmienny od dobrze znanej roli szefa, męża i ojca.
▶sens. (10 odc.), Korea Płd. 2026

PREMIERA

CHRIS I MARTINA: OSTATNI SET

Tenisistki Martina Navratilova i Chris Evert odnosiły sukcesy na korcie, tocząc zaciętą rywalizację. Po latach w podobnym czasie zdiagnozowano u nich raka. Film, oparty na materiałach archiwalnych, pokazuje przemianę dawnego współzawodnictwa w głęboką więź.
▶film dokum., USA 2026; 93 min

PREMIERA

BRACISZEK

Zamożny agent nieruchomości (John Cena) wiedzie ustabilizowane życie. Koncentruje się na karierze, stopniowo odsuwając się od żony. Wszystko się zmienia, gdy na jego drodze niespodziewanie pojawia się ekscentryczny młodszy brat (Eric André), który rzekomo stracił pamięć na skutek wypadku.
▶komedia, USA 2026; 98 min

KOMEDIA ROMANTYCZNA

20.00 Miłosny bestseller FILM – Meksyk/Wielka Brytania/USA 2022, 140 min
Henry dowiaduje się, że jedna z jego powieści stała się hitem w Meksyku. Wydawca przekonuje go, by wziął udział w zorganizowanej tam trasie promocyjnej. Na miejscu pisarz odkrywa, że tłumaczka Maria zmieniła jego prozę w emocjonujący erotyk.

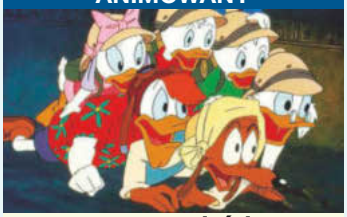
22.20 Dzień Bastylii – dramat FILM sensacyjny, Wielka Brytania/Francja/USA 2016, reż. James Watkins, wyk. Idris Elba, Richard Madden, Charlotte Le Bon, Kelly Reilly, 120 min
As wywiadu oraz drobny przestępca ruszają w pogoń za terrorystami. Mają dobę na to, by odnaleźć sprawców.
0.20 Władza absolutna – film FILM sensacyjny, USA 1997, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Gene Hackman, Ed Harris, Judy Davis, 155 min
2.55 Żyjąc z potworem 8 (13) – serial dokumentalny, USA 2020
3.55 Fachowcy 2 (14) – serial paradokumentalny, Polska 2018

SENSACYJNY

20.00 Czarny pies – USA/Wielka FILM Brytania/Francja 1998, 115 min
Kierowca ciężarówki Jack Crews po wyjściu z więzienia pracuje jako mechanik. Szef proponuje mu kurs za 10 tys. dolarów. Gdy były skazaniec odkrywa, że przewozi broń, postanawia się wycofać z intratnego zlecenia. Wówczas jego żona i córka zostają porwane.

21.55 Uprowadzona – film FILM sensacyjny, Francja 2008, reż. Pierre Morel, wyk. Liam Neeson, Maggie Grace, Famke Janssen, Olivier Rabourdin, 115 min
Były agent amerykańskich służb specjalnych wyrusza do Paryża, aby ratować swoją córkę. Okazuje się, że dziewczyna padła ofiarą gangu handlarzy ludźmi.
23.50 Poza zasięgiem – dramat FILM sensacyjny, USA/Polska 2004, reż. Po-Chih Leong, wyk. Steven Seagal, Ida Nowakowska, Agnieszka Wagner, Matt Schulze, 95 min
1.25 Lombard. Życie pod zastaw 18 (957) – serial obyczajowy, Polska 2026
2.25 Zobacz to! – pr. powtórkowe

ANIMOWANY



19.00 Kacze opowieści (64, 2) – USA 1987
Bajecznie bogaty Sknerus McKwacz ma trudny charakter. Trzej siostrzeńcy stale towarzyszą mu podczas emocjonujących przygód. Mierzą się między innymi z odwiecznym wrogiem miliardera, Granitem Forsantem.

20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (969) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 Dzielnica strachu 9 (401, 402) – serial kryminalny, Polska 2025
23.00 Solomon Kane: Pogromca zła FILM – film fantasy, Francja/Czechy/Wielka Brytania 2009, reż. M.J. Bassett, wyk. James Purefoy, Max von Sydow, Rachel Hurd-Wood, Pete Postlethwaite, 125 min
1.05 Pętla – film sensacyjny, Polska FILM 2020, reż. Patryk Vega, wyk. Antoni Królikowski, Katarzyna Warnke, Piotr Stramowski, Marcin Zacharzewski, 130 min
3.15 Lombard. Życie pod zastaw 4 (186) – serial obycz., Polska 2019
4.15 Niesamowite! (18) – dok., Pol.
5.00 Kręcimy z gwiazdami (5): Doda – program rozrywkowy

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.05 FBI: Most Wanted 3 (2, 3) – serial kryminalny, USA 2020
7.35 Agenci NCIS: Hawaje 2 (17, 18) – serial kryminalny
9.25 Castle 2 (9, 10) – serial kryminalny
11.20 MacGyver 2 (4, 5) – serial akcji, USA 2017-2018
13.10 Agenci NCIS: Hawaje 2 (19, 20) – serial kryminalny
15.10 Agenci NCIS 10 (6, 7) – serial sensacyjny
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (5, 6) – serial krym., USA/Kanada 2002
19.05 Castle 2 (11, 12) – serial kryminalny

TVP SERIALE

5.25 Rodzinka.pl (93, 94) – serial kom., Pol. 2013
6.25 Na sygnale (476, 477) – serial fab.-dokum.
7.35 Ojciec Mateusz 2 (26) – krym., Pol. 2009
8.35 Komisarz Alex 2 (15) – serial krym., Polska
9.30 Rodzinka.pl (95) – serial kom., Pol. 2013
10.05 Klan (1442, 1443) – telenowela, Pol. 2008
11.00 Ranczo 8 (93, 94)
12.40 Komisarz Alex 2 (16)
13.35 Ojciec Mateusz 29 (377, 378) – krym., Pol.
15.35 Komisarz Alex 2 (17) – serial krym., Polska
16.20 Na sygnale (478, 479) – serial fab.-dokum.
17.30 Ranczo 8 (95, 96) – serial obycz., Polska

TVP KULTURA DVB-T2

13.00 Still Alive – film o Krzysztofie Kieślowskim – film dokum., Polska 2006
14.35 Z archiwum i pamięci (6)
16.00 Słodkie oczy FILM – komedia obyczajowa, Polska 1979, 70 min
17.10 Siedem życzeń (2)
18.10 Video Killed the Radio Star – dok.
18.45 Pan wzywał, milordzie? 4 (1)
19.50 Pocałunek mordercy FILM – dramat kryminalny, USA 1955, 85 min
21.15 Wschód Kultury – Europejski Stadion Kultury 2026

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 4 (9) – serial dok., Pol. 2019
7.00 Mother Dear – film krótkometraż.
7.35 Długi weekend FILM – film obyczajowy, Polska 2004, 100 min
9.15 Wolna krowa – film krótkometraż.
10.00 Van der Valk 3 (2) – krym., Wlk. Bryt. 2023
11.55 Vera 4 (2) – krym.
13.50 Terapia dla par FILM – komediodramat, Hiszpania 2023, 120 min
15.50 Włamanie na śniadanie FILM – komedia kryminalna, USA 2001, 145 min
18.15 Vera 4 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

CANAL+ PREMIUM HD

12.20 LARP. Miłość, trolle i inne questy FILM – kom., Polska 2025, 90 min
13.50 Cat's Eyes (5) – przyg.
14.40 Charlie Chaplin: duch włóczęgi – film dok., Wlk. Bryt./Francja/Hiszp. 2024
16.10 Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu FILM – film fantasy, Australia/USA 2009, 115 min
18.05 Łapu capu – pr. rozr.
18.10 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2 FILM – film fantasy, USA 2012, 110 min
20.00 Czarownice Mayfair 2 (4) – serial fantasy, USA 2025
20.45 Premierowa jazda

HBO HD

6.00 Alita: Battle Angel FILM – film s.f., USA 2019, 120 min
8.00 Światełko w tunelu FILM – komediodramat, USA 2024, 115 min
9.55 Noc w zoo FILM – anim., Kanada/Belgia/Francja 2024, 90 min
11.25 Na planie 23 (26) – magazyn filmowy
11.55 Miami Vice FILM – sens., USA/Niemcy/Paragwaj 2006, 130 min
14.05 Nowy początek FILM – film s.f., USA 2016, 115 min
16.00 Przepiękne! FILM – komediodramat, Polska 2025, 120 min
18.00 Agentka FILM – komedia, USA 2015, 120 min

20

PRZYGODOWY

21.05 W 80 dni dookoła świata FILM – USA/Niem./Irlandia 2004, 140 min
XIX-wieczny Londyn. Phileas Fogg zakłada się, że w ciągu niespełna trzech miesięcy okrąży kulę ziemską. Towarzyszą mu lokaj Passepartout i piękna Monique.
23.25 Uprowadzona FILM – film sensacyjny, Francja 2008, 110 min
1.15 Castle 2 (11, 12)
3.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (5, 6) – serial krym.
5.00 Walker: Strażnik Teksasu (3) – krym.

KRYMINALNY

19.30 Ojciec Mateusz 29 (379) – Polska 2023
Ksiądz próbuje rozwikłać zagadkę morderstwa psychoterapeuty. Tymczasem Natalia odkrywa, że ma arystokratyczne pochodzenie. Postanawia żyć jak prawdziwa dama.
20.30 Ojciec Mateusz 2 (27) – krym., Pol. 2009
21.30 Ranczo 8 (97, 98) – serial obycz., Polska
23.25 Ojciec Mateusz 29 (380, 381) – krym., Pol.
1.20 Oficerowie (4, 5)
3.15 Wojna zastępcza (3)
4.05 Klan (1442) – telen.
4.35 Pan Mama (15)

KRYMINALNY

22.35 Powrót Sherlocka Holmesa (4)
Holmes i Watson spędzają wakacje u znajomego ze szkolnych czasów detektywa. Zauważają, że lokaj interesuje się pewnymi pozornie mało znaczącymi dokumentami.
23.35 Czwartkowy klub filmowy – mag. film.
23.45 Korczak FILM – biograf., Pol./Niem./Wielka Brytania 1990, 125 min
1.50 Restart – film krótkometraż.
2.20 SR – dok., Niem. 2024
4.15 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult.

PRZYGODOWY

20.10 Largo Winch 3: Cena pieniądza FILM – Francja/Belgia 2024, 130 min
Miliarder i awanturnik Largo staje się świadkiem uprowadzenia syna. Wyrusza w szaleńczą podróż, by stawić czoło wrogom. Towarzyszy mu waleczna Bonnie.
22.20 Oddział dla zuchwałych (3, 4)
0.50 Zabić, jak to łatwo powiedzieć FILM – thriller, USA 2012, 110 min
2.40 Minuta ciszy (4)
3.35 Na pastwę lasu FILM – dramat obyczajowy, Polska 2024, 85 min

OBYCZAJOWY

21.00 Rok za rokiem (3) – Wielka Brytania 2019
Podczas przyjęcia urodzinowego Daniel postanawia ujawnić swój ryzykowny plan. Rook dochodzi do władzy. Celeste zmaga się z problemami związanymi z Bethany.
22.00 Wrogowie publiczni FILM – film gangsterski, USA 2009, reż. Michael Mann, 135 min
0.15 Kraina mroku FILM – horror, USA 2025, 105 min
2.00 Małpa FILM – horror, USA/Wielka Brytania/Kanada 2025, 95 min

SENSACYJNY

20.00 Złoto FILM – Australia 2022, 95 min
Dwaj nieznajomi znajdują na pustyni samorodek złota. Układają plan jego wydobycia. Czuwający przy skarbie wspólnik zostaje zmuszony do walki o przetrwanie.
21.35 Lighthouse FILM – horror psychologiczny, USA/Kanada 2019, 105 min
23.20 Ostatni wiking FILM – komediodramat, Dania/Szwecja 2025, 115 min
1.15 Czarne bractwo FILM – film biograficzny, USA 2018, 135 min

AXN WHITE

8.30 Szpital nadziei 3 (17)
9.30 Blondynka (12, 13)
11.30 Agenci NCIS 19 (4-6)
14.25 Szpital nadziei 3 (18)
15.20 Bieg po szczęście FILM – komedia obyczajowa, USA/Kanada 2019, 115 min
17.15 Książę Bożego Narodzenia FILM – komedia romant., USA 2022, 110 min
19.05 Dr House 2 (24) – obycz.
20.00 Dowody zbrodni (14, 15) – serial kryminalny, USA
21.55 Unforgettable: Zapisane w pamięci 4 (8) – krym.
22.55 Agenci NCIS 19 (4-6)
1.35 Dowody zbrodni (14, 15)
3.25 Zaklinacze koni (7, 8)

AXN BLACK

8.40 Zagadki z przeszłości (17) – przyg., Fr./Niem./Kan.
9.40 Gwiezdne wrota 2 (20-22) – s.f., USA/Kan. 1999
12.40 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3 (24) – sens., USA
13.40 Renegat 5 (3) – serial sens.
14.40 Drużyna A 2 (15) – sens.
15.50 Nieustraszony (7) – sens.
16.55 Zagadki z przeszłości (18) – przyg., Fr./Niem./Kan.
17.55 Gwiezdne wrota 3 (1-3)
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (1-4) – krym.
0.40 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 3 (24) – sens., USA
1.40 Nieustraszony (7) – sens.
2.45 FBI: Most Wanted (10-12)

WARNER TV

8.15 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 10 (22) – sens.
9.10 Bajer z Bel-Air 4 (14, 15) – serial komediowy, USA
10.05 Prawo Agaty 2 (5)
11.05 Pełna chata 7 (15, 16)
12.10 Teraz albo nigdy! (1, 2)
14.20 Bajer z Bel-Air 4 (14-17)
16.15 Pełna chata 7 (15-18) – serial komediowy, USA
18.20 Taxi 3 – komedia sens., Francja 2003, 100 min
20.00 Taxi 4 – komedia sens., Francja 2007, 100 min
21.40 Interkosmos – komedia s.f., USA 1987, 145 min
0.05 Kryminalni: Misja Śląska FILM – film krym., 2006, 130 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (115-117, 727-730) – serial paradok.
13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (13-16) – serial obyczajowy, Polska 2022
15.00 Świat według Kiepskich (349-352) – kom., Pol. 2010
17.00 Columbo (1, 2) – serial kryminalny, USA
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (104-106) – serial krym., USA/Kanada
23.50 Ślad (22-24) – serial kryminalny, Pol. 2018-2019
2.50 Święty (181, 182) – serial komediowy, Polska 2022
4.00 48h. Zaginieni (77, 78) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.
6.05 Kiler-ów 2-óch FILM – komedia, Polska 1999, 115 min
8.00 Mikołaj i ekipa FILM – anim., Hiszpania/Kan. 2024, 90 min
9.30 Lilly i kangurek FILM – film familijny, 2025, 105 min
11.15 Łapu capu – pr. rozrywk.
11.20 Zgred FILM – dramat obycz., Polska 2025, 85 min
12.45 Riefenstahl – dok., 2024
14.40 Ida FILM – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min
16.00 Saga „Zmierzch": Zaćmienie FILM – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 120 min
18.00 Tożsamość Bourne'a FILM – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min
19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
20.00 Ukryty motyw FILM – thriller, Dania/Szwecja/Francja 2024, reż. Gustav Möller, 95 min
21.35 Strefa FILM – thriller s.f., USA 2024, reż. George Nolfi, wyk. Anthony Mackie, Morena Baccarin, 90 min
23.05 Dziki FILM – dramat przyg., Polska 2025, 135 min
1.20 Ludzie FILM – dramat wojenny, Polska 2023, 115 min
3.15 Premierowa jazda – mag.
3.30 Warsaw Story FILM – film krótkometraż., Pol.
4.00 Pani od polskiego FILM – dram. obycz., Polska 2025

CANAL+ SERIALE HD

9.50 Dzika fauna śródziemnomorska (2) – film dok., Hiszpania 2024
10.50 Łapu capu – program rozrywkowy
11.00 Naruto (17-19) – serial anime, Japonia 2003
12.30 The Office PL (10-12) – serial komediowy, Polska
14.05 Hollywood Buzz – magazyn filmowy
14.45 Captain Tsubasa (10-12) – serial anime, Japonia 2018
16.05 Łapu capu – program rozrywkowy
16.15 Planeta Singli. Osiem historii (4) – serial kom.
17.10 Świat zwierząt – rodzicielstwo (5) – serial dok., Wielka Brytania 2024
18.15 The Office PL 3 (1-3) – serial komediowy, Polska
20.00 Wywiad z wampirem (3, 4) – serial fantasy, USA
21.35 Fiber – film krótkometrażowy, Pol. 2024
22.00 DNA 2 (3, 4) – serial krym., Dania/Francja 2022-2023
23.40 Scarlet Hill (5, 6) – serial kryminalny, Wietnam 2022
1.40 Szaleństwo imprez i raj. Historia Ibizy. – film dokumentalny, Niem. 2024
2.30 Łapu capu Extra – program rozrywkowy
3.05 Belfer 2 (7, 8) – serial krym.
5.25 Hollywood Buzz – magazyn filmowy

CANAL+ 360 HD

8.00 Grip – w świecie supersamochodów (8)
9.00 Zabójcze drogi (3) – dok.
10.00 Co poszło nie tak 2 (5)
11.00 Born Racers. Młodzi i szybcy (6) – serial dokum.
12.15 Wolne duchy. Starcie z żywiołami (6) – dok.
13.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (5) – serial dok., Niem. 2011
14.00 Wykrywacz historii 2 (5)
15.00 Co poszło nie tak 3 (3)
16.00 Supersamoloty bojowe (1) – serial dokumentalny
17.00 Zhołowani: ciężarówki w opałach 8 (14) – dok.
17.55 Porzucone konstrukcje 4 (19) – dok.
18.50 Wykrywacz historii 2 (4)
19.50 Zhołowani: ciężarówki w opałach 8 (15) – dok.
20.50 Koleją przez świat 3 (5)
22.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (6) – serial dok., Niem. 2023
22.55 Supersamoloty bojowe (2) – serial dokumentalny
23.55 Zabójcze drogi (2) – dok.
0.55 Pokonani (8) – serial krym.
2.00 Twardzielki (7) – dok., Pol.
2.40 Ludzie morza (1) – dok.
3.45 Polska z góry: Stadiony (6, 7) – serial dok., Pol. 2024
4.55 Zwierzęta Wajraka 2 (7, 8) – serial dok., Pol. 2021

HBO 2 HD

15.50 Przyjaźń dla dorosłych FILM – komedia, USA 2024, reż. Delaney Buffett, 80 min
17.10 Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledore'a FILM – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2022, 140 min
19.30 Angry Birds 2: Film FILM – film animowany, Finlandia/Kanada/USA 2019, 95 min
21.05 Lalka FILM – komedia, Francja 2025, 80 min
22.25 Przeznaczenie: Historia Pogány Induló
23.45 USA kontra reszta świata: Cztery lata z kadrą narodową (4)

HBO 3 HD

10.05 Genialna przyjaciółka 3 (6) – serial obycz., Wł./USA
11.00 Happy Feet: Tupot małych stóp FILM – film animowany, 2006, 105 min
12.45 Happy Feet: Tupot małych stóp 2 FILM – anim., Australia 2011, 95 min
14.20 Po prostu uwierz FILM – dram. obycz., USA 2024, 105 min
16.05 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (16)
16.55 Twórca FILM – thriller s.f., USA 2023, 130 min
19.05 Niepewne 5 (3, 4) – kom.
20.05 Rzym (4) – serial hist.
21.00 Czysta krew 3 (1-6)

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.00 Jedziemy na ryby! (21) – serial dokum.
6.55 Na ratunek 112 (859) – serial paradokum.
7.25 Doktor Martin 4 (26) – serial obyczajowy
8.25 Przyjaciółki (307, 308) – obycz., Pol.
10.25 Świat według Kiepskich (153, 154, 219, 220, 208) – kom.
13.35 Jurassic World: Dominion – film s.f., Chiny/Malta/USA 2022, reż. Colin Trevorrow, 185 min
16.40 Niewidzialny – film sensacyjny, USA 2005, 155 min
19.15 Hancock – film sensacyjny, USA 2008, 105 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 Pingwiny z Madagaskaru (3, 4) – serial animowany, USA 2008-2010
7.00 Dwóch i pół 3 (23, 24) – serial komediowy, USA 2005
7.55 Dwóch i pół 4 (1, 2) – serial komediowy
8.55 Przyjaciele 5 (8-13) – kom., USA 1998-1999
11.55 Teoria wielkiego podrywu 4 (23, 24) – kom., USA 2010-2011
12.50 Teoria wielkiego podrywu 5 (1-4) – kom., USA 2011-2012
14.30 Dwóch i pół 4 (3-6) – serial komediowy
16.30 Przyjaciele 5 (14-19) – serial komediowy, USA 1998-1999

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (768) – serial paradokum.
6.00 Filmowe duety (3)
6.30 Alfabet filmowy (14)
6.45 Zakochani po uszy (73, 74) – telen., Polska
7.45 Detektywi (45-48) – serial fab.-dokum.
9.50 Prawo Agaty 3 (4) – serial obycz., Polska
10.55 Szpital św. Anny (83) – serial obycz., Polska
11.55 Miłość czy pomyłka? (19, 20)
13.55 Prawo Agaty 3 (3)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Motywy filmowe (4)
16.20 Jądro Ziemi – dramat s.f., Wielka Brytania/USA 2003, 160 min
19.00 Szpital św. Anny (62) – serial obycz., Polska

13 ULICA

6.20 Balthazar 5 (5, 6) – serial kryminalny, Fr.
8.30 Na granicy: Bóg bankructwa – film kryminalny, Niemcy 2023, reż. Felix Karolus, 120 min
10.30 Chicago P.D. 11 (4, 5) – serial kryminalny
12.20 Magnum: Detektyw z Hawajów 4 (19, 20) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
14.10 Blanca 2 (1, 2) – serial kryminalny, Wł. 2023
16.20 Na granicy: Herman – film kryminalny, Niemcy 2021, reż. Dror Zahavi, 115 min
18.15 Chicago P.D. 11 (6, 7) – serial kryminalny, USA 2024

KINO POLSKA

6.00 Polska z góry. Nad wodą 2 (4) – dok.
6.25 Nowy kabaretowy rejs 5 (1) – pr. rozrywk.
7.15 Polska z góry. Nad wodą 2 (5) – dok.
7.45 Wskrzeszenie – etiuda filmowa, 2022
8.05 Diabeł – film krótkometraż., 2022
8.35 Chłopi (1/2, 2-ost.) – film obyczajowy, 1973, 235 min
12.30 Czarne Stopy – film przygodowy, 1986, 135 min
14.45 Mała wielka miłość – komedia romantyczna, 2008, 145 min
17.10 Pogranicze w ogniu (23, 24) – serial sens.

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (3)
6.50 Złoty interes (7)
7.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
9.00 Robert Makłowicz (146, 120) – mag. kulin.
10.55 Górski lekarz (12, 13) – obycz., Niem./Austria
13.00 Katastrofy w przestworzach (1, 8) – serial dok., Kan.
16.00 MacGyver 3 (18, 19) – sens., USA/Kan. 1988
18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2 (35) – reality show
18.35 Wojny magazynowe: Kanada (36)
19.10 Aukcja w ciemno (20, 21) – serial dokum.

20

DRAMAT BIOGRAFICZNY

21.00 Gwiazdorski piątek: Kapitan Phillips – USA 2013, 165 min

U wybrzeży Somalii Muse i jego kompani przejmują kontrolę nad nieuzbrojoną jednostką. Jej kapitan Richard Phillips naraża życie, aby ratować podwładnych.

23.45 Maksimum ryzyka – film sensacyjny, USA 1996, reż. Ringo Lam, 130 min
1.55 Ślad (3-5) – serial krym., Pol. 2018-2019
4.50 Na ratunek 112 (850, 851) – serial paradokum., Pol. 2023

KOMEDIOWY

19.30 Teoria wielkiego podrywu 5 (5-10)

Sheldon i Leonard dostają zaproszenie na imprezę u Wila Wheatona, co wywołuje mały konflikt między przyjaciółmi. Howard otrzymuje niecodzienną szansę.

22.00 The Office PL (5, 6)
23.05 Comedy Club 4 (3, 4)
0.05 Miasteczko South Park (7, 8)
1.00 Pracoholicy 2 (5, 6)
2.00 Śmieszniej nie będzie 5 (19, 20)
3.00 Miasteczko South Park (4-6)
4.30 Comedy Club 6 (7-9)

DRAMAT PRZYGODOWY

20.00 Cast Away: Poza światem – USA 2000, 185 min

Ocalały z katastrofy lotniczej Chuck Noland trafia na wyspę. Przez cztery lata żyje odcięty od cywilizacji. Wreszcie zaczyna budować tratwę, aby wrócić do domu.

23.05 Inwazja – thriller s.f., USA/Australia 2007, 125 min
1.10 Plan B – komediodramat, Polska 2018, 105 min
2.55 Dziewczyny z Hollywood (6)
3.05 Szkoła (740)

SENSACYJNY

20.05 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (1, 2)

Thomas i Juliet pomagają kobiecie, która uważa, że wypadek samochodowy jej męża nie był przypadkiem. Rick próbuje pogodzić życie osobiste z zawodowym.

22.00 Podróżnik (2) – serial kryminalny, Fr. 2021
0.00 Ósma strona – dram. polityczny, Wielka Brytania 2011, 120 min
2.00 Na granicy: Herman – film kryminalny, Niemcy 2021, 125 min
4.05 Blanca 2 (1, 2) – serial kryminalny, Wł. 2023

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 Zabawa zabawa – 2018, 110 min

Trzy kobiety zmagają się z uzależnieniem od alkoholu. Wśród nich jest odnosząca sukcesy prokuratorka Dorota. Wkrótce wszystkie doświadczają kryzysu.

21.50 Jezioro Słone – komedia obycz., Pol./Szwecja 2021, 125 min
23.55 Ciało – komedia, 2003, 130 min
2.05 Jak pies z kotem – komediodramat, 2018, 150 min
4.35 Najpiękniejsze fajerwerki ever

KOMEDIA

20.00 Kingsajz – Polska 1987, 145 min

Krasnoludek Adaś, który odkrył skład eliksiru powiększającego, zostaje uwięziony przez tyrana Kilkujadka. Na pomoc mu wyrusza jego wierny przyjaciel, Olo.

22.25 Szczęki – thriller, USA 1975, 150 min
0.55 Joanna – dramat psychologiczny, Polska 2010, 160 min
3.35 Paragon, gola! – film przygodowy, Polska 1969, 130 min
5.45 Kabaretowe hity (1) – program rozrywkowy

CINEMAX HD

13.25 Sześć stóp nad ziemią – film obycz., 2023, 100 min
15.05 Dosięgnąć kosmosu – film obycz., 1999, 105 min
16.50 Nowa przygoda po włosku – film przygodowy, Włochy 2025, 100 min
18.30 Fremont – dramat obyczajowy, 2023, 90 min
20.00 Między słowami – komediodramat, USA/Japonia 2003, 100 min
21.40 Pierwsza krowa – western, USA 2019, reż. Kelly Reichardt, 120 min
23.40 Ostatnia batalia Ellen Cole – dramat obyczajowy, USA 2024, 100 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

13.25 Święty (19, 20) – kom., Pol.
14.25 Spadkobiercy 3 (7) – rozr.
15.25 Co ludzie powiedzą? 4 (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
16.05 Jedną nogą w grobie (6)
16.55 Czarna Żmija 2 (6) – kom.
17.35 Bob kocha Abisholę (12-14) – serial komediowy
19.00 Dwóch i pół 3 (23, 24)
20.00 Dwóch i pół 4 (1, 2)
21.00 Świat według Kiepskich (9-11) – serial kom., Polska
22.30 Co ludzie powiedzą? 4 (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.05 Jedną nogą w grobie 2 (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
23.50 Czarna Żmija 3 (1) – kom.
0.30 Comedy Club 2 (5) – rozr.

SCI FI

10.00 Bibliotekarze 4 (11, 12)
11.50 Zagubiona tożsamość (7, 8) – serial s.f., Kan. 2010
13.40 Grimm 6 (3, 4) – fantasy
15.30 Bibliotekarz 2: Tajemnice kopalni króla Salomona – film przygodowy, 2006, 110 min
17.20 Zagubiona tożsamość (9, 10) – serial s.f., Kan. 2010
19.10 Grimm 6 (5, 6) – fantasy
21.00 Resident Evil: Witajcie w Raccoon City – horror, Kan./Niemcy 2021, 130 min
23.10 Daybreakers – Świt – horror s.f., 2009, 120 min
1.10 Underworld: Wojny krwi – horror s.f., 2016, 115 min

FX HD

9.00 Z archiwum X (13) – s.f.
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (21, 22) – krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7, 8)
13.45 Agenci NCIS (24) – sens.
14.40 Agenci NCIS 10 (1) – sens.
15.35 SkyMed (6) – obycz., Kan.
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (23, 24) – krym.
18.20 Z archiwum X (14) – s.f.
19.15 FBI (1) – serial kryminalny
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10)
22.00 Grey's Anatomy: Chirurdzy (15) – obycz.
22.55 Szklana pułapka 2 – film sensacyjny, 1990, 145 min

FILMBOX+ ONE HD

8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (10, 11)
11.00 Panna Scarlet i komisarz (1, 2) – krym.
13.10 Poirot – serial kryminalny
15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (12, 13) – serial krym., Australia
17.50 Panna Scarlet i komisarz (3, 4) – krym.
20.00 Zabójca – film sensacyjny, USA 2007, 130 min
22.10 Bodyguard Zawodowiec – kom. sens., 2017, 150 min
0.40 G.I. Jane – dramat obyczajowy, 1997, 170 min
3.30 Daybreakers. Świt – horror s.f., 2009, 125 min

ROMANCE TV HD

12.25 Mama się zwalnia – komedia, 2021, 115 min
14.20 Inga Lindström: Śmiertelny wróg – film obyczajowy, Niemcy 2024, reż. Julia Peters, 115 min
16.15 Statek Marzeń – Mauritius – film obycz., Niemcy 2014, 110 min
18.05 Górski lekarz (128, 129)
20.00 Statek marzeń – Makau – film obyczajowy, Niemcy 2015, 115 min
21.55 Stracona szansa – komedia romantyczna, USA 2024, 110 min
23.45 Górski lekarz (128, 129) – obycz., Niemcy/Austria

CINEMAX 2 HD

13.55 Miesiąc miodowy – thriller, 2024, 85 min
15.20 Cichy ryk – komediodramat, Wielka Brytania 2023, 90 min
16.50 Hamlet – dramat kostium., Wlk. Bryt. 2024, 115 min
18.45 Miasto wiatru – dramat obyczajowy, Katar/Niemcy/Holandia 2023, 105 min
20.30 P! **Bumerang** – melodramat, Niemcy/Iran 2024, reż. Shahab Fotouhi, wyk. Leili Rashidi, 85 min
21.55 Wybór pianisty – dramat hist., Francja 2024, 105 min
23.40 Diagnoza: Dysydent – film obycz., 2023, 120 min

VIASAT EPIC DRAMA HD

9.00 Poirot 3 (1, 2) – serial krym.
11.20 Zatraceni w miłości (17, 18) – telen., Turcja 2023
13.25 Agenci NCIS 17 (15, 16)
15.15 Lekarze na start (17, 18)
16.50 Poirot 3 (3, 4) – serial krym.
19.00 Zatraceni w miłości (19, 20) – telen., Turcja 2023
21.00 Królowa węży (7)
22.00 Sprawy pana Booka (1)
23.10 Projekt Błękitna Księga (5) – serial s.f., Kanada/USA
0.05 Zatraceni w miłości (19, 20) – telen., Turcja 2023
1.55 Królowa węży (7)
2.45 Sprawy pana Booka (1)
3.35 Projekt Błękitna Księga (5) – serial s.f., Kanada/USA

NOVELAS+ HD

10.00 Cud miłości (22) – telen.
11.00 Otchłań namiętności (107) – telen., Meksyk 2012
12.00 Za wszelką cenę (77)
13.00 Róże i grzechy (6) – telen.
14.00 Historia Juany (34, 35)
16.00 Róże i grzechy (7) – telen.
17.00 Za wszelką cenę (78)
18.00 Otchłań namiętności (108) – telen., Meksyk 2012
19.00 Macocha (17) – telenowela
20.00 Cud miłości (23) – telen.
21.04 Historia Juany (35)
22.00 Róże i grzechy (7) – telen.
23.00 Za wszelką cenę (78)
0.00 Otchłań namiętności (108) – telen., Meksyk 2012
1.00 Macocha (17) – telenowela

FX COMEDY HD

10.10 Diabli nadali 8 (2-5)
12.00 Jim wie lepiej 6 (17, 18)
13.00 Sposób użycia 5 (13, 14)
14.00 Wszyscy kochają Raymonda 4 (17-20)
16.00 Simpsonowie 35 (17, 18)
17.00 Simpsonowie 36 (4, 1)
18.00 Jak poznałem waszą matkę (13-15) – serial kom.
19.30 Współczesna rodzina 6 (16-18) – serial komediowy
21.00 Family Guy: Głowa rodziny 23 (15, 16)
22.00 Men in Black: International – kom. s.f., Chiny/USA 2019, 145 min
0.25 Genialna Morgane 2 (5, 6) – serial kryminalny, Fr.

FILMBOX+ HITS HD

10.00 Jak kochać się z D – komedia, 2019, 105 min
11.45 Wypowiedzenie wojny – dramat obyczajowy, Francja 2011, 110 min
13.35 Coco Chanel – dramat biograficzny, 2009, 120 min
15.35 Iluzja – thriller, Francja/USA 2013, 125 min
17.40 Iluzja 2 – thriller, Fr./USA/Hongkong 2016, 140 min
20.00 Narodziny Imperium – film hist., USA/Uzbekistan/Kazachstan 2026, 135 min
22.15 Autostrada złodziei – film sens., 2025, 100 min
23.55 Igrzyska śmierci – dram. s.f., USA 2012, 150 min

PARAMOUNT NETWORK HD

13.00 Czarodziejki 2 (17, 18) – serial fantasy, USA 2000
15.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 (5)
15.30 Daredevil – film sensacyjny, USA/Szwajcaria 2003, 140 min
17.50 Wolny dzień Ferrisa Buellera – komedia, USA 1986, 130 min
20.00 Gliniarz z Beverly Hills 2 – komedia sensacyjna, USA 1987, 130 min
22.10 Adrenalina 2: Pod napięciem – film sensacyjny, 2009, 105 min
23.55 Uśmiechnij się – horror, USA 2022, 150 min

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

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
- **7.45 Kolarstwo górskie:** PŚ w Lenzerheide – zjazd mężczyzn
- **8.30 Kolarstwo:** Giro d'Italia U23 – podsumowanie
- **9.30 FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
- **12.00 Snooker:** World Open – finał: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh
- **14.00 Cycling Show** – mag.
- **15.00 Kolarstwo górskie:** PŚ w Lenzerheide – cross-country
- **17.30 Kolarstwo:** Giro d'Italia U23 – podsumowanie
- **18.30 FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans

POLSAT SPORT 1 HD
- **6.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Turcja
- **9.00 Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski
- **10.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Turcja
- **12.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – eliminacje (LIVE)
- **14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – eliminacje (LIVE)
- **16.45 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Iran – Japonia (LIVE)

Poprzednie spotkanie wygrali Japończycy.

CANAL+ SPORT HD
- **8.20 Speedway+** – mag.
- **9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Villarreal CF – Real Madryt CF
- **11.15 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Valencia CF – Espanyol
- **13.30 O krok od tytułu – Mistrzostwa świata 1974** – film dokum., Polska 2024
- **14.45 Premier League Review** – mag.
- **15.45 Premier League: The Big Interview** (16) – mag. piłkarski
- **16.15 Premier League Stories** (46) – mag.
- **16.55 Speedway+** – mag.
- **17.30 Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: KS Toruń – Włókniarz (LIVE)

TVP SPORT HD DVB T2
- **3.30 Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy D: Paragwaj – Australia (LIVE)
- **6.40 Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy E: Ekwador – Niemcy
- **9.00 Mundialowy poranek** (15) – mag.
- **10.30 Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy F: Japonia – Szwecja
- **12.30 Strongman:** Mistrzostwa Polski – Międzyzdroje 2026
- **13.50 Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy D: Paragwaj – Australia
- **16.10 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Turcja – USA
- **18.30 Dzień na mundialu** (15) – mag. piłkarski

ELEVEN SPORTS 1 HD
- **6.00 LaLiga Best 11**
- **7.45 Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki** – film dokumentalny
- **8.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – Bayern
- **9.50 Formuła 3:** GP Austrii – sesja treningowa (LIVE)
- **11.00 Formuła 2:** GP Austrii – sesja treningowa (LIVE)
- **12.15 F2: Chasing the Dream** – mag.
- **12.35 GP Confidential**
- **13.10 Formuła 1:** GP Austrii – 1. sesja treningowa (LIVE)
- **14.55 Formuła 3:** GP Austrii – sesja kwalifikacyjna (LIVE)
- **15.50 Formuła 2:** GP Austrii – sesja kwalifikacyjna (LIVE)
- **16.40 Formuła 1:** GP Austrii – 2. sesja treningowa (LIVE)

DISCOVERY CHANNEL HD
- **6.00 Mistrzowie logistyki** (9) – dok.
- **7.00 Budowa na końcu świata** – serial dok.
- **8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie** – serial dok.
- **9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 6** – serial dokumentalny
- **10.00 Klan z Alaski** – dok.
- **11.00 Przetrwać nad Jukonem** – dok., USA
- **12.00 Fani czterech kółek**
- **13.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 2**
- **15.00 Złomowisko PL 5** (14) – serial dokum.
- **16.00 Gorączka złota 16:** Złoty sufit – serial dok.
- **17.00 Nic do zgłoszenia** (7) – serial dok., Pol. 2021

20

SNOOKER

- **20.00 Turniej World Open** – finał: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh

Zawodnik z Tajlandii ma szansę wygrać drugą rankingową imprezę w karierze. Musi jednak sprostać żywej legendzie snookera.

- **22.00 Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w Lenzerheide – cross-country
- **0.00 Snooker:** Tour Championship – finał
- **1.30 Kolarstwo:** Tour de Suisse – 5. etap
- **3.00 Snooker:** Tour Championship – finał

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

- **19.45 Liga Narodów** – mecz: Brazylia – Włochy (LIVE)

Canarinhos już pięć lat czekają na drugie złoto LN. Rok temu ich marzenia zostały przekreślone w półfinale przez Polaków. W tym sezonie ponownie próbują wrócić na szczyt. Swoje mistrzowskie ambicje tym razem chcą pokazać w starciu z panującymi czempionami globu.

- **22.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Turcja
- **1.00 Boks**

ŻUŻEL

- **20.00 PGE Ekstraliga** – mecz: Betard Sparta Wrocław – BAYERSYSTEM GKM Grudziądz (LIVE)

Pierwsze spotkanie tych zespołów 48:42 wygrali żużlowcy z Grudziądza. Spartanie liczą na rewanż przed własną publicznością.

- **23.00 Sporty walki:** Sporty walki: ONE Friday Fights 160
- **2.15 Ligomistrzowe historie** (1) – magazyn piłkarski
- **3.00 Sporty walki:** ONE Fight Night 44 (LIVE)

PIŁKA NOŻNA

- **20.00 Mistrzostwa świata 2026** – mecz grupy I: Senegal – Irak (LIVE)

Sadio Mané strzelił najwięcej goli dla Lwów Terangi w kwalifikacjach do mundialu. Czy zdobędzie też bramkę w spotkaniu z Irakiem?

- **23.35 Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy I: Norwegia – Francja
- **1.35 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
- **1.50 Piłka nożna:** MŚ 2026: Republika Zielonego Przylądka – Arabia Saudyjska (LIVE)

FORMUŁA 1

- **18.30 GP Austrii** – sesje treningowe

Kierowcy, wśród nich broniący tytułu mistrza świata Lando Norris, szlifują formę przed niedzielnym wyścigiem na Red Bull Ringu.

- **21.20 Formuła 2:** GP Austrii – sesja kwalifikacyjna
- **22.20 Formuła 3:** GP Austrii – sesja kwalifikacyjna
- **23.20 Bundesliga Special** (22, 20) – mag. piłkarski
- **0.35 Ligue 1 Show** (35)
- **1.10 Bundesliga Special** (16) – mag. piłkarski
- **1.40 Bundesliga Clubs** – mag. piłkarski

ROZRYWKOWY

- **18.00 Bracia Collins biorą się do roboty** (7)

Collinsowie zatrudniają się w fabryce tkanin. Do ich obowiązków należy m.in. farbowanie, pranie i rozwieszanie materiałów. Następnego dnia pracują w kamieniołomach.

- **19.00 Nagi instynkt przetrwania 11** (6)
- **21.00 Specjalistki** (5) – dok.
- **22.00 Bimbrownicy 14**
- **23.00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata**
- **1.00 Hot rod wg Kindiga**
- **2.00 Militaria na warsztat 5** (13)

EUROSPORT 2 HD
- **12.30 Kolarstwo górskie:** PŚ w Lenzerheide – zjazd kobiet i zjazd mężczyzn
- **14.00 FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
- **16.30 Snooker:** Turniej World Open – mecz finałowy: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh
- **18.30 Kolarstwo górskie:** Zawody PŚ w Lenzerheide – cross-country kobiet i mężczyzn
- **21.00 Golf:** Travelers Championship – 2. runda (LIVE)
- **0.00 Kolarstwo:** Tour de Suisse – 5. etap
- **1.30 Snooker:** Tour Championship – finał

POLSAT SPORT 2 HD
- **8.30 Siatkówka mężczyzn:** LN – mecz: Francja – Kuba
- **11.00 Siatkówka mężczyzn:** LN: Ukraina – Włochy
- **13.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **15.00 Tenis:** Turniej ATP na Majorce – półfinał (LIVE)
- **17.00 Tenis:** Turniej ATP na Majorce – półfinał (LIVE)
- **18.00 Lekkoatletyka:** World Athletics Continental Tour Gold – Zagrzeb 2026 (LIVE)
- **20.15 Siatkówka mężczyzn:** LN – mecz: Serbia – Kuba (LIVE)
- **23.00 Siatkówka mężczyzn:** LN – mecz: Iran – Japonia
- **1.00 Sporty walki:** FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
- **8.00 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – ćwierćfinał
- **10.00 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – ćwierćfinał
- **12.00 Tenis raport** – Bad Homburg vor der Höhe
- **13.00 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – półfinał (LIVE)
- **15.00 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – półfinał (LIVE)
- **17.20 8 wspaniałych** (5, 2)
- **19.00 Dart:** US Darts Masters 2026 (LIVE)
- **22.15 Tenis:** Turniej WTA w Bad Homburg – półfinał
- **0.25 8 wspaniałych** (3) – dok.
- **1.00 Dart:** US Darts Masters 2026 (LIVE)

EXTREME CHANNEL HD
- **9.00 World of X Games 2018**
- **10.00 AMA Motocross Series Highlights** (4)
- **11.00 X Games – Aspen 2020**
- **12.00 Liquid Edge** (5)
- **13.00 Action Sports World** (18)
- **14.00 WWE Classic Gold**
- **17.00 KPW Kombat TV** (10, 26)
- **19.00 WWE Classic Gold**
- **20.00 AEW Dynamite** (2624)
- **22.00 PTW Wrestling** (5)
- **0.30 WWE Classic Gold** (33)
- **1.00 WWE Highlights** (69)
- **1.15 New Japan Wrestling – Highlights** (8)
- **2.00 AMA Motocross Series Highlights** (4)
- **3.00 World of X Games 2018**

ELEVEN SPORTS 2 HD
- **12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Heidenheim – Bayern
- **14.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Genoa CFC – Inter Mediolan
- **16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Mainz
- **18.00 Serie A** – mag. piłkarski
- **19.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Como
- **21.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Madryt CF
- **23.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4) – mag.
- **0.00 Piłka nożna:** Liga francuska: PSG – Le Havre

DISCOVERY LIFE HD
- **10.15 Nowa Maja w ogrodzie 5** (26, 27)
- **11.15 Idealna niania 2** (5, 6)
- **12.45 Klinika bez tajemnic**
- **14.45 Szpital** (508, 509)
- **16.45 Idealna niania 2** (4-7)
- **19.45 Klinika naturalnego piękna** (7) – reality show
- **20.15 Dr Pryszczylla 3** (11)
- **21.15 Odnaleźć się w chorobie** (5) – dok., USA
- **22.15 Chirurgia otyłości** (11)
- **23.15 Nie do uwierzenia!** (9)
- **0.15 Sekrety lekarzy** (6)
- **1.15 Wycieczkowiec** (4)
- **2.15 Druga twarz 2** (5) – rozr.
- **3.15 Szpital** (322, 323)
- **5.15 Kosmetyczne rewolucje**

POLSAT SPORT FIGHT HD
- **13.35 Atleci** – magazyn sportowy
- **14.00 Boks:** Rocky Boxing Night 19 w Karlinie – waga półśrednia: Jan Lodzik – Mateusz Polski 2
- **16.35 Z archiwum ESPN** – mag.
- **17.25 Sporty walki:** UFC 324 – walka: Justin Gaethje – Paddy Pimblett
- **19.50 K.O. TV Weekly** (26) – magazyn bokserski
- **20.20 Sporty walki:** Babilon MMA 52 w Nowym Targu – waga lekka: K. Mendlewski – M. Skrzek
- **23.10 Boks:** Rocky Boxing Night w Koszalinie – waga ciężka: K. Meyna – A. Kownacki

POLSAT SPORT 3 HD
- **6.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **8.30 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **11.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **13.30 Tenis:** Turniej ATP w Eastbourne – półfinał (LIVE)
- **15.30 Tenis:** Turniej ATP w Eastbourne – półfinał (LIVE)
- **16.15 Siatkówka mężczyzn:** LN: Chiny – Argentyna (LIVE)
- **20.15 Siatkówka mężczyzn:** LN – mecz: Belgia – Niemcy (LIVE)
- **23.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów
- **1.00 Sporty walki:** Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
- **11.00 Premier League Stories** (46) – magazyn piłkarski
- **11.45 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
- **12.45 Speedway+** – mag.
- **13.15 Dart:** US Darts Masters 2026
- **17.30 Żużel:** PGE Ekstraliga (LIVE)
- **20.00 Dart:** US Darts Masters 2026 (LIVE)
- **22.00 Boks:** BKFC Fight Night: Nashville – waga lekka: Tony Soto – Juan Carlos DeLeon
- **23.15 Ligomistrzowe historie** (3, 1) – magazyn piłkarski
- **1.00 Dart:** US Darts Masters 2026 (LIVE)

ELEVEN SPORTS 4 HD
- **14.00 Ligue 1 Show**
- **14.30 Made in Italy** (1, 2) – mag.
- **15.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4) – mag.
- **16.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: RC Lens – RC Strasbourg
- **18.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Bayer 04 Leverkusen – 1. FC Köln
- **20.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – Real Oviedo
- **22.00 Serie A** – mag. piłkarski
- **23.00 Bundesliga Special**
- **0.00 Piłka nożna:** FC Porto – Estrela Amadora

ELEVEN SPORTS 3 HD
- **11.25 Birds of paradise** – dok.
- **12.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Napoli – Juventus
- **14.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: RCD Espanyol – Real Madryt CF
- **16.00 Made in Italy** (7, 5, 6, 4)
- **17.00 Ligue 1 Show** (36) – mag.
- **18.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Torino – Milan
- **20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Borussia M'gladbach
- **22.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Lille OSC – Olympique Marsylia
- **0.00 Serie A** – mag. piłkarski
- **1.00 Bundesliga Special** (12)

CANAL+ DOKUMENT HD
- **6.35 Chwile szczęścia** (5, 6)
- **8.30 Złombol** (5, 6) – dok., Pol.
- **10.15 Polska z góry 5** (9-11)
- **11.45 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3**
- **14.45 Mozart. Narodziny geniusza** (1-3) – film dok.
- **18.10 Bałtyk** – film dokum., Pol.
- **19.25 Twardzielki** (6) – dok., Pol.
- **20.00 Larger Than Life: Fenomen boysbandów**
- **21.40 Szkoda, że nareszcie**
- **23.25 W poszukiwaniu piękna**
- **1.05 Twardzielki** (7) – dok., Pol.
- **1.40 O co biega?** (11) – mag.
- **2.15 Chwile szczęścia** (5, 6)
- **4.10 Złombol** (5, 6) – dok., Pol.

P! Premiera w TV

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD

6.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – dok.
8.00 **Gwiezdne bitwy:** Wielki sen – serial dok.
9.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
11.00 **Mega maszyny Alaski** – serial dokum.
13.00 **Zoom na architekturę** – serial dokumentalny
15.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.
18.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2** – serial dokum., USA 2014
20.00 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3** – serial dokumentalny, USA

DOKUMENTALNY

21.00 **Tajemnice starożytnych mumii** – USA 2019

Mumia znaleziona na dnie Atlantyku doprowadziła poszukiwaczy kosztowności do skarbu pirata. Złoto i szlachetne kamienie są warte około 120 milionów dolarów.

23.00 **Kosmiczna mapa skarbów** – serial dok.
1.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny
4.00 **Szyfry i spiski 2** (4) – serial dokum., USA
5.00 **Jak działa wszechświat?** – dok.

ID HD

6.00 **Sprawiedliwi z Teksasu** – dok., USA
8.00 **Naznaczeni morderstwem** (5) – serial dokumentalny
10.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie** – serial dokumentalny
11.00 **Zbrodnia w sąsiedztwie 2** – dok., USA
12.00 **Taśmy zbrodni** – serial dokumentalny
14.00 **Viralowe zbrodnie 2**
14.30 **Viralowe zbrodnie**
15.00 **Viralowe zbrodnie 2** – serial dok., USA
15.30 **Viralowe zbrodnie** – serial dokum.
16.00 **Przerwana sielanka** – serial dokumentalny
18.00 **Zaginieni** – serial dok.

DOKUMENTALNY

20.00 **Sekrety zbrodni:** Masakra w Deltonie – USA 2017

Erin i jej chłopak Francisco mieli nadzieję, że po przeprowadzce do Deltony rozpoczną nowe życie. Niestety, dopiero w tym mieście spotkała ich prawdziwa tragedia.

21.00 **Boysbandy: mroczna strona sławy** – film dokum.
23.00 **Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2** (2)
0.00 **Boysbandy: mroczna strona sławy** – film dokum.

NATIONAL GEOGRAPHIC HD

12.00 **Odludna wyspa** (15)
13.00 **Państwa Osi: Droga ku porażce** (2) – dok.
14.00 **Tajemnice wojennych wraków** (8) – dok., Wlk. Bryt.
15.00 **Strzegąc granic** (9, 10) – serial dokum.
16.00 **Złapać przemytnika** (2) – serial dok., USA
16.55 **Laos: Miejsce pełne tajemnic** (1) – dok., Nowa Zelandia 2023
17.55 **Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu** (7) – dok., Niem. 2020
19.00 **II wojna światowa: Ukryta prawda** (3) – serial dok.
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (10) – serial dokum.

DOKUMENTALNY

21.00 **Wojna koreańska** (2)

Po otwarciu archiwów w Rosji, Stanach Zjednoczonych, Chinach i Korei Południowej udostępnione zostały nowe materiały, zawierające setki zdjęć.

22.05 **Kimowie: Rodzinna dyktatura** (2)
23.05 **Nazistowskie stworzenia**
0.15 **Nazistowscy dyplomaci**
1.20 **Wojna koreańska** (2)
2.30 **Na granicy wytrzymałości** (2)
2.55 **Ekstremalne zagrożenia** (7, 8)

FOKUS TV DVB T2

8.55 **Wehikuł czasu** (626)
9.00 **Starożytni kosmici** (9) – serial dok., USA
10.00 **Gwiazdy lombardu** (15, 16) – reality show
12.00 **Apokalipsa – wojny 1945-1991** (2) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (12, 13) – dok.
14.00 **II wojna światowa – jednostki specjalne** (1, 2) – dok.
16.00 **Dorwać tuńczyka 2** (11, 12) – serial dok.
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (40, 41) – serial dok.
20.00 **Największe wynalazki starożytności** (5) – serial dokumentalny
21.00 **Największe mity historii** (3) – dok.

DOKUMENTALNY

22.00 **Apokalipsa: Upadek Hitlera** (1, 2) – Francja 2022

Film przedstawia ostatnie lata III Rzeszy, ukazując wydarzenia z perspektywy Adolfa Hitlera – od przełomowej klęski pod Kurskiem aż po upadek Berlina.

0.00 **Oto Ameryka XXL – głosy prowincji** – film dokumentalny, Francja 2024
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (8-11) – serial dokumentalny, Polska
5.00 **Kołowrotek** (10, 11) – magazyn wędkarski

TVP HISTORIA DVB T2

8.10 **Flesz historii** (767)
8.45 **Czterdziestolatek** (8) – obycz., Pol. 1975
9.40 **Tajemnice kultowych seriali** (5)
10.40 **Wenecja, miasto wyrosłe z bagien**
11.45 **Starożytne mocarstwa** (3) – dok.
12.45 **Mój najszczęśliwszy dzień. Marian Turski**
14.00 **Królowie** (45) – hist.
14.35 **Czterdziestolatek** (9) – obycz., Pol. 1975
15.35 **Sensacje XX wieku**
17.25 **Czas honoru. Powstanie** (6)
18.20 **Wszystkie kolory świata** (47) – dok., Fr.
19.25 **Polskie parki narodowe** – dok., Pol.

DRAMAT OBYCZAJOWY

20.00 **Samowolka** FILM – Polska 1993, 75 min

Do jednostki wojskowej przyjeżdżają poborowi. Grupa żołnierzy bije i upokarza nowicjuszy. Ich okrucieństwu przeciwstawia się Robert. Naraża się starszyźnie.

21.15 **Historia w postaciach zapisana** – cykl dok., Francja 2007-2026
23.15 **Sensacje XX wieku** – program historyczny
1.25 **Encyklopedia II wojny światowej:** Montgomery – serial dokumentalny, Polska

HISTORY HD

13.05 **Starożytni kosmici 14** (20) – dok.
14.00 **Tajemnice skryte w mroku** (3) – dok.
14.50 **Największe tajemnice świata 6** (8) – serial dok., USA
15.45 **Gwiazdy lombardu 12** (51)
16.15 **Jak to wyjaśnić? 5** (16) – serial dok., USA
17.10 **II wojna światowa: Walka o Europę** (5)
18.10 **Największe tajemnice świata 5** (12) – serial dok., USA
19.05 **Starożytni kosmici 16** (13) – dok.
20.00 **Starożytni kosmici 14** (16) – dok.
21.00 **Starożytni kosmici 17** (2) – dok.

POPULARNONAUKOWY

22.00 **W poszukiwaniu potwora 5** (6)

Twórcy programu przyglądają się relacjom świadków o tajemniczym „Grassmanie" z terenów wiejskich Ohio oraz o budzącym strach potworze ze Spottsville.

23.00 **Tom Hanks: II wojna światowa** (9, 10) – dok., USA/Wlk. Bryt.
0.50 **Starożytni kosmici 14** (16) – dok.
1.50 **II wojna światowa: Walka o Europę** (5)
2.45 **Największe tajemnice świata 6** (8) – serial dok., USA

20

DISCOVERY HISTORIA HD

8.00 **Na ratunek starociom**
9.00 **Walka o bagaż** (7-10)
11.00 **Wyprawa w nieznane**
13.00 **Skarby z szopy** (14, 15)
14.00 **Łowcy staroci: Renowacje** (3, 4) – dok.
16.00 **Skarby z szopy** (16, 17)
17.00 **Militaria na warsztat** (5)
18.00 **Muzealne tajemnice**
20.00 **Tajemnice starożytnych mumii** – serial dok., USA
22.00 **Klub odkrywców** – dok.
0.00 **Wyprawa w nieznane**
2.00 **Zwarte szeregi, czyli z archiwum Czołówki**
3.00 **Europa filmowa** (10)
4.00 **Bitwy żołnierza polskiego** – cykl dokum.

TVP DOKUMENT HD

14.45 **Kolory natury** – film dok.
15.40 **Dobre wieści z planety Ziemia** (6) – cykl dokum.
16.45 **Machu Picchu – tajemnice miasta Inków** – film dok., Fr. 2024
17.50 **Sanatorium miłości 3** (6)
18.45 **Król Karol III. Nowa Monarchia** – film dokum.
20.05 **Orlando – światowa stolica rozrywki** – dok.
21.10 **Krainy cudów natury** (3)
22.15 **Kto zabił Tupaca Shakurę?** – dok., Wlk. Bryt.
23.25 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
23.35 **Rdzenni Amerykanie – odrodzenie** – film dok.

PLANETE+ HD

12.35 **Wielki powrót łososia**
13.50 **Krajobrazy świata** (10)
14.50 **Najpiękniejsze rzeki świata 2** (5) – serial dok.
15.50 **Niezwykłe podróże koleją 7** (7) – serial dok., Fr.
16.55 **360° Świat bez granic**
17.55 **Dokąd dzisiaj? 4** (45, 46)
18.45 **1942. Długi rok przełomu** (5) – serial dok.
19.45 **Kongo. Kraina zbrodni**
20.50 **W poszukiwaniu 9. planety** – film dok., Fr.
22.00 **Wytwórz i wyślij** (2)
23.10 **Zniewoleni. Rodzina w pułapce strachu** (2)
0.20 **Niezwykłe podróże koleją 8** (1) – serial dok., Fr.

POLSAT DOKU HD

10.00 **Polacy za granicą** (1, 2)
12.00 **Wojny kontenerowe 2**
13.05 **Poszukiwacze historii**
14.00 **I wojna światowa w liczbach** (4) – serial dok.
15.00 **Hitlerowscy poszukiwacze skarbów**
16.00 **Skanowanie historii** (4)
17.05 **Koszty wojny** (4) – dok.
18.20 **Podglądacze przyrody**
19.55 **David Attenborough i cuda natury** (5, 6) – dok.
20.55 **Świat z góry. Izrael** (3)
22.00 **Świat z góry. Jedwabny Szlak** (3) – dok., Singapur
23.05 **Świat z góry. Parki narodowe** (4) – serial dok.
0.15 **Kroniki Hitlera** (13) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD

12.00 **Najdziwniejsze zwierzęta Ameryki Południowej** (2) – przyrod.
13.00 **Masai Mara: sekrety natury** (2) – serial dokum.
14.00 **Mądrość słonia** – dok.
15.00 **Walki zwierząt** (5) – dok.
16.00 **Dzika Alaska** – film dok.
17.00 **W świecie szympansów**
18.00 **Dzika przyroda strefy równikowej** (4) – dok.
19.00 **Królestwo drapieżników** (4) – dok.
20.00 **Niszczycielskie żywioły 2** (3) – serial dok.
21.00 **Niezwykły dr Pol: Wielki Finał** – film dokumentalny
22.00 **Niezwykły dr Pol**

POLSAT VIASAT EXPLORE HD

13.05 **Czarodzieje z kanadyjskich złomowisk 2** (12) – dok.
14.00 **Australijscy poszukiwacze złota 5**
15.55 **Nowicjusze za kółkiem**
17.00 **Bohaterowie z St. John's 3** (8) – serial dok.
18.00 **Klątwa umarlaka: W poszukiwaniu zaginionego złota 2** (5)
19.00 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
21.00 **Złoto Jukonu 4** (9) – dok.
22.00 **Australijscy poszukiwacze złota 10**
23.00 **Katastrofy w przestworzach 3** (3)

POLSAT VIASAT NATURE HD

11.05 **Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka** (4) – dok.
12.05 **Pacyfik** (4) – serial dok.
13.10 **Sekrety wodnych krain**
14.15 **Dzika Kuba: Wyprawa na Karaiby** (2) – film dok.
15.20 **Dawno temu w Tsavo** (2)
16.30 **Słowenia: raj dzikiej przyrody** – dok., Wlk. Bryt.
17.40 **Zwierzęta: maszyny doskonałe 2** (5) – dok.
18.50 **Zabójcza pogoda 2** (6)
19.50 **Wojny zwierząt** (4) – dok.
21.00 **Płetwale błękitne: powrót olbrzymów**
21.55 **Sekrety wodnych krain**
23.15 **Zabójcza pogoda 2** (7)
0.20 **Rzeczne potwory** (5-7)

POLSAT VIASAT HISTORY HD

14.20 **Sekrety Watykanu: papież i diabeł** (4) – dok.
15.30 **Życie prywatne przywódców Rzeszy** (4)
16.30 **Królowe areny: kobiety-gladiatorki**
17.45 **II wojna światowa: cena imperium** (11) – serial dok.
18.50 **II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie** (5) – serial dok.
20.00 **Kobiety pod piracką banderą** (1) – dok., Austria
21.00 **Naziści: korzenie zła**
23.05 **Życie rzymskiego żołnierza** (2) – serial dok.
0.15 **II wojna światowa: cena imperium** (11) – serial dok.

BBC EARTH HD

12.20 **Malownicze trasy kolejowe** (4) – serial dok.
13.20 **Mroźna planeta** (3) – dok.
14.25 **W okowach mrozu 2** (19)
15.25 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (6) – serial dok.
16.25 **Wielkie koty 24/7 2** (6)
17.40 **Azja** (6) – serial dok., 2024
18.45 **Malownicze trasy kolejowe 2** (3) – serial dok.
19.50 **Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu** (2) – dok.
20.55 **Życie na pustkowiu: powroty 3** (7) – serial dok.
21.55 **W okowach mrozu 2** (20)
22.55 **Burze widziane z góry**
23.55 **Zabójcza pogoda 5** (3)
1.00 **Azja** (6) – serial dok., 2024

CI POLSAT HD

15.05 **Tajemnice polskich morderstw** (2) – dok., Pol.
16.00 **Ferie, impreza, morderstwo 2** (6) – dok.
17.00 **Morderstwo czy wypadek? 3** (20) – dok.
18.00 **Cała prawda o zbrodni 2** (3, 4) – serial dokumentalny
19.00 **Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach** (4) – dok.
20.00 **I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5** (10) – dok.
21.00 **Dowody zbrodni 4** (17)
22.00 **Seryjni mordercy: Joel Rifkin** (1) – film dok., USA
23.55 **Szokujące morderstwa: Atlanta** (8) – serial dok.

ANIMAL PLANET HD

13.00 **Irwinowie – następne pokolenie** – serial dok.
14.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
15.00 **Kot z piekła rodem**
17.00 **Zielony patrol z Luizjany**
18.00 **Weterynarz z Gór Skalistych** – serial dok.
19.00 **Cuda z drewna** – dok.
20.00 **Rekiny wśród nas** (1)
21.00 **Klan z Alaski** – serial dok.
22.00 **Projekt akwarium** – dok.
23.00 **Resocjalizacja z pitbullem** – serial dok.
0.00 **Alaska: Ostatni przystanek** – serial dok.
1.00 **Irwinowie – następne pokolenie 4** – serial dok.

TRAVEL CHANNEL HD

8.05 **Walka o bagaż** (7-10)
10.10 **Tu jest pięknie** (8, 9)
11.15 **Kulinarne podróże z Guyem Fierim** (1, 2)
12.15 **Kamperem przez świat**
14.20 **Człowiek kontra jedzenie** (28) – mag. kulin.
14.55 **Niezwykłe Stany Prokopa** (5, 1-3) – pr. rozr.
17.00 **Śladami Wielkiej Stopy**
19.00 **Pojedynki Eda Stafforda**
20.00 **Niezwykłe Stany Prokopa** (1) – pr. rozrywk.
21.05 **Nagi instynkt przetrwania** (9, 11) – dok.
23.10 **Kobieta na krańcu świata** (6-8) – serial dok.
0.55 **Kamperem przez świat**

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

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

13.00 **Ja wam pokażę!** (6)
13.50 **Polonia 24 Tygodnik**
15.00 **Słowo daję!**
15.10 **Wszystko przed nami** (92) – obycz.
15.40 **Gwiazdy opolskich kabaretonów** – rozr.
16.00 **Wszystkie role Stanisława Barei**
17.00 **Gra słów. Krzyżówka** (1049)
17.30 **Teleexpress**
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Górna półka smaku** (8) – magazyn kulin.
18.45 **Info Wilno** (1878)
19.05 **Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny** (121) – program inform.
19.15 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki** (2)

TVP ROZRYWKA

6.10 **Zakochaj się w Polsce** (239) – mag.
6.40 **Gra słów. Krzyżówka** (1128)
7.10 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
8.20 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (931)
9.25 **Koło fortuny** (2036)
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Matki, żony i kochanki** (11) – serial obycz., Polska
14.10 **Pan Mama** (32, 33)
15.15 **Program rozrywkowy**
15.30 **Tak to leciało!** (62)
16.30 **Do śmiechu!** (71)
17.25 **Va banque** (932)

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (51, 52) – serial obycz., Polska
8.00 **Co ludzie powiedzą?** (37, 38) – serial kom., Wlk. Bryt.
9.15 **Amazonki** – film dokum., Polska 2021
9.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (31, 32) – reality show
12.35 **Bogaty dom – biedny dom** (123, 124)
14.35 **Kolacja w ciemno** (64) – pr. rozrywk.
15.35 **Drugie życie sukni ślubnej** (30) – pr. rozr.
16.05 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (40) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (300, 301)

TV 4 DVB-T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (14, 15) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (141)
8.55 **Policjantki i Policjanci** (490, 491) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1148, 1149) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1577, 1518) – paradok.
13.55 **Trudne sprawy** (921-923) – paradok.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1389) – serial obycz., Polska
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (484) – reality show
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1390) – serial obycz., Polska

TTV HD DVB-T2

7.10 **Express** – pr. inform.
7.35 **DeFacto 10** (8, 9)
8.30 **Kartoteka 11** (9, 10)
10.35 **Detektywi** (7, 8)
12.35 **Zakup w ciemno 3** (35) – reality show
13.35 **Zakup w ciemno 4** (34) – reality show
14.35 **Nic do ukrycia 2** (2)
15.35 **Złomowisko PL 4**
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Usterka 14** (5)
17.45 **Życie na kredycie 8** (5, 6) – reality show
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (11)
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Idź na całość 2** (8)
21.05 **Zakup w ciemno extra** (39)
21.45 **Express** – pr. inform.

TVN STYLE HD

5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (7) – reality show
5.50 **Damy i wieśniaczki. PL 8** (9) – serial fab.-dok., Polska 2024
6.45 **Będzie pięknie** (3) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.25 **Ugotowani** (3, 4) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 **Kuchenne rewolucje** (5, 4) – program rozrywkowy
15.35 **Babski biznes** (3) – program rozrywkowy
16.35 **Jestem z Polski 14** (16) – serial dokum.
17.40 **Kuchenne rewolucje** (1, 3, 4) – program rozrywkowy

20

OBYCZAJOWY

20.50 **Echo serca** (4) – Polska 2019

W szpitalu pojawiają się saperzy. Na pobliskim poligonie doszło do wypadku, w którym ucierpiał żołnierz. Jan i Szymon podejmują się wyjęcia pocisku z jego ciała.

21.40 **Na sygnale** (647, 648)
22.40 **Moje przeboje** (3)
23.15 **Dziennik regionów**
23.40 **Matki, żony i kochanki** (15)
0.40 **Rodzinka.pl** (265)
1.10 **Polskie opowieści** (10) – telenowela dok.
1.30 **Program informacyjny 19.30**

TELETURNIEJ

18.00 **Koło fortuny** (2037)

Uczestnicy programu kręcą kołem, a następnie typują litery, które być może znajdują się w haśle. Ten, kto odgadnie je pierwszy, zatrzymuje całą wygraną.

18.35 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
19.40 **Makłowicz w podróży** – mag.
20.15 **Postaw na milion**
22.10 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (43) – pr. rozr.
22.50 **Kabaret Letnią Porą** (8) – program rozrywk.

ROZRYWKOWY

20.00 **Randka w ciemno** (1) – Polska

W pierwszej odsłonie partnera wybiera Monika, fryzjerka i rolniczka z Konina. W drugiej części show wyboru kandydatki dokona Michał, handlowiec z Gdańska.

21.00 **Wstydliwe choroby** (1) – serial dok.
22.00 **Gry małżeńskie** (209, 130, 131)
1.00 **Kolacja w ciemno** (65, 66) – pr. rozrywk.
3.05 **Więzienie kobiet** (96, 97) – serial dokum.
4.00 **Zdrady** (131, 132) – serial paradokum.

ROZRYWKOWY

20.00 **Gwiazdy Kabaretu** (173, 181)

Robert Korólczyk przeprowadzi wywiad z panem Stanisławem. Kabaret Smile zaprezentuje piosenkę „Belgijka – Gdyby jutra miało nie być" i skecz „Kurczaki z Ostrołęki".

22.05 **Stan oblężenia** FILM – thriller, USA 1998, 145 min
0.30 **STOP Drogówka**
1.35 **Love Island. Wyspa miłości** (21)
2.35 **Interwencja** – mag.
2.55 **Śmierć na 1000 sposobów** (8) – dok.
3.25 **Lubię disco!** (268)

ROZRYWKOWY

22.00 **Ostre cięcie 12** (6)

Atrakcją salonu Marty są dwa koty. Prowadzący sprawdzają profil odbiorców. Zasięgają też opinii na temat zakładu wśród spacerowiczów. Na koniec wdrażają zmiany.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 20** (4, 5) – pr. rozrywk.
1.00 **Diabelnie boskie 2** (1, 2) – reality show
1.55 **Damy i wieśniaczki. Za granicą** (15, 16) – serial fab.-dokum.
3.55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (510) – serial fab.-dok., Pol.

DOKUMENTALNY

20.50 **Bazary Europy** (3) – Polska 2018

Maria Konarowska odwiedza popularny barceloński targ Los Encants. Ponad pięćset stoisk oferuje nowe i używane rzeczy. Nie brakuje tu projektantów mody vintage.

21.50 **Jestem z Polski 16** (14) – serial dokum.
22.50 **Jestem z Polski 14** (17) – serial dokum.
23.45 **Hotel Paradise 6** (13, 14) – reality show
1.45 **Śluby marzeń** (2)
2.45 **Co nas truje** (4, 5)
4.20 **Zrób coś z tym dzieckiem** (2) – mag.

TVP HD HD

10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (629, 630)
12.25 **Ojciec Mateusz 5** (65)
13.20 **Komisarz Alex 3** (29)
14.15 **Ranczo 5** (57, 58) – obycz.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 24** (307)
19.20 **Ranczo 6** (67) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (275, 276) – serial komediowy, Polska
21.25 **Ojciec Mateusz 34** (435)
22.20 **Miłość, ślub i inne** FILM **nieszczęścia** – komedia romant., USA 2020, 110 min
0.10 **Kruk 3. Jak tu ciemno** (4-6) – serial krym., Polska

TVS HD

6.00 **Telesprzedaż**
10.05 **Dzisiaj w regionie** – inf.
10.15 **Pogoda**
10.20 **Ekowizja** – pr. inform.
10.50 **Wochenblatt TV** – pr. inf.
11.10 **Dzisiaj w regionie** – inf.
11.15 **Pogoda**
11.25 **Muzyczne dzień dobry**
12.55 **Klachy i Lachy** – pr. rozr.
14.35 **Spotkanie z balladą**
15.50 **Muzyczne podróże**
16.55 **Muzyczne podróże Karoliny Treli** – pr. rozr.
18.00 **Koncert życzeń**
19.05 **Koncert w TVS** – pr. muz.
22.55 **Szlagierowa lista** – muz.
0.55 **Program kulinarny**
3.00 **Pasmo ciekawostek**

ZOOM

8.55 **Strażnik Teksasu 9** (1)
9.50 **MacGyver 2** (18, 19)
11.55 **Pułapki umysłu 7** (1)
13.00 **Wojny magazynowe: Kanada** (1, 2)
14.10 **Pod pokładem 11** (14)
15.25 **Sensacje XX wieku**
17.55 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
20.00 **Eksperyment: Odsiadka**
21.00 **Kobra – oddział specjalny 23** (13) – sens.
22.00 **Pod pokładem 11** (15)
23.00 **Magia nagości. Niemcy – reaktywacja** (6) – rozr.
0.00 **Magia nagości. Szwecja**
1.00 **Magia nagości. Najsmaczniejsze kąski**

TLC HD

12.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5** (15)
14.00 **Cztery żony i mąż 12**
15.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Pokonać otyłość** (8)
19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3**
20.00 **Baylen – życie na głos 3** (3) – serial dokumentalny
21.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show
22.00 **Wiza na miłość: Single na polowaniu. Między sporami** – reality show
23.00 **Dr Pryszczylla 5** – dok.

C+ KUCHNIA HD

13.25 **M jak mięso 5** (5, 6) – dok.
14.25 **ABC gotowania – kuchnia turecka** (9)
14.50 **Włoskie życie Sophie Grigson 2** (7, 8) – dok.
15.45 **Z pola na stół** (8, 9) – dok.
16.40 **Jamie Oliver: gotuj sezonowo** (6) – mag. kulin.
17.35 **Jamie Oliver: jedz na zdrowie** (5) – dok.
18.30 **Maximum Foodie 4** (3)
18.55 **M jak mięso 10** (5-7)
20.15 **Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków**
21.10 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10**
23.55 **M jak mięso 10** (2, 3)

TVN TURBO HD

9.15 **Fani czterech kółek 15**
10.15 **Złomowisko PL 9** (10, 11)
12.15 **Naprawy nie do naprawy** (2) – mag.
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Jeździć, obserwować**
19.45 **Moto kombat** (5) – mag.
20.30 **Mobilni mechanicy** (2)
21.15 **Duda kontra Szafrański** (9) – program rozrywkowy
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Z drugiej ręki** (9) – mag.
23.00 **Zawodowi handlarze**
23.45 **Moto Fachury** (5) – mag.
0.30 **Wojny samochodowe**

NOWA TV DVB-T

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (9) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (8) – kom.
10.30 **Więzienie** (113) – dok., Pol.
11.00 **Poirot 11** – serial krym.
15.00 **Świat według Bundych 7** (148-153)
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (6) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (123-125) – serial komediowy, Polska
21.00 **Zdrady** (123) – paradok.
22.00 **Ślad** (34, 35, 99) – krym.
1.00 **Łowca pedofilów**
3.00 **TV okazje** (73, 74)
3.50 **Wehikuł czasu** (626, 625)
4.00 **Sala operacyjna** (1, 7)
5.00 **Pod lupą** (1, 2) – magazyn

METRO

8.30 **Szpital** (770, 771)
10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (339, 340)
12.30 **Szkoła** (710) – paradok.
13.30 **Brzydula** (15, 16) – kom.
14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (7) – serial obycz.
15.45 **The Floor** (9, 10) – telet.
17.00 **Fani czterech kółek 17**
18.00 **Prawo Agaty 6** (9)
19.00 **Kartoteka** (7) – fab.-dok.
20.00 **Gang Story** – dram. krym., FILM Fr./Belgia 2011, 125 min
22.05 **Oszukać** FILM **przeznaczenie 3** – horror, USA/Niemcy 2006, 115 min
0.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4** (8) – dok.

ANTENA HD DVB-T2

11.55 **Klątwa Wyspy Dębów 6**
13.50 **Australijscy poszukiwacze złota 2**
15.50 **Wojny kontenerowe**
16.50 **77 TV 5** (20, 22) – pr. rozr.
18.55 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (1) – serial kryminalny, Fr.
20.00 **Morderstwa we Francji** FILM **– Porquerolles** – film krym., Fr. 2022, 115 min
21.55 **Morderstwa we Francji** FILM **– Le Mans** – film krym., Francja 2023, 125 min
0.00 **Ann Rule's Sleeping** FILM **With Danger** – thriller, Kanada/USA 2020, 110 min
1.50 **Raport 77** (4)

WP DVB-T

11.00 **Porzucone budowle 9** (8)
12.00 **Wariaci za kierownicą 5**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3** (14, 15, 9)
16.50 **Pogoda** (54) – pr. inform.
17.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 3** (3)
19.00 **Policjanci z sąsiedztwa 5** (7, 11)
21.00 **Policjanci w akcji** (6)
21.50 **Pogoda** (54) – pr. inform.
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 13** (4) – program rozrywkowy
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 15** (2) – program rozrywkowy
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 2**
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 7**

C+ DOMO HD

11.55 **Generalna odbudowa 2**
12.50 **Gardeners' World 16** (28)
13.55 **Letnie inspiracje** (4)
14.05 **Cudotwórcy 7** (22) – mag.
15.00 **Kupcie sobie zamek! 2**
15.55 **Patent na zieleń** (7, 8)
16.50 **Gardeners' World 16** (31)
18.00 **Ucieczka na wieś 22** (4)
18.55 **Wielkie projekty: nasza ulica 3** (3) – dok., Wlk. Bryt.
20.00 **Daleko od miasta 15**
21.00 **Cudotwórcy 7** (23) – mag.
21.55 **Wielkie projekty: transformacje** (7) – dok.
23.05 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** (13, 14) – dok.
1.00 **Po pierwsze: lokalizacja!** (1) – dok.

HGTV HD

8.10 **Kupujemy dom na plaży 15** (12, 13) – dok.
9.05 **Remontujemy dom na plaży 5** (15) – pr. rozr.
10.05 **Letnia chata na lata** (4, 5)
11.55 **Usterka 10** (7, 8)
13.00 **Zbudujemy fajny dom 2**
14.00 **Zbudujemy fajny dom** (7)
15.00 **Mieszkanie na miarę 4**
17.00 **Polowanie na ogród 7**
18.15 **Weekendowa metamorfoza 2** (5, 6)
20.10 **Będzie pięknie** (7) – rozr.
21.10 **Zgłoś remont 4** (3) – rozr.
22.10 **House Hunters – Poszukiwacze domów 6** (3-6) – pr. rozr.
0.15 **Sprzątaczki 2** (10-12)

P! Premiera w TV

POLSAT 2 HD

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (290) – reality show
7.30 **Na ratunek 112** (909, 910) – serial paradokum., Pol. 2024
8.30 **Sekrety rodziny** (357-359) – serial paradokum., Polska
11.30 **Trudne sprawy** (941) – serial paradokum., Pol. 2020
12.30 **Dlaczego ja?** (1512, 1513) – serial paradokum., Pol. 2025
14.30 **Świat według Kiepskich** (489-493) – serial komediowy, Polska
17.00 **48h. Zaginieni** (139, 140) – serial kryminalny, Pol. 2022

PARADOKUMENTALNY

19.00 **Gliniarze** (987) – Polska 2024

Kuba jeździ nocą po mieście. Zauważa mężczyznę, który dziwnie się zachowuje. Śledztwo doprowadza go do karanej wcześniej kobiety, która szuka zemsty.

20.00 **Ślad** (63) – krym., Pol.
21.00 **Gliniarze** (782)
22.00 **Helikopter w ogniu** FILM – dramat wojenny, USA 2001, 180 min
1.00 **W jak morderstwo** FILM – komedia kryminalna, Polska 2021, 145 min
3.25 **Wydarzenia**
4.00 **SuperLudzie** (26, 27)

SUPER POLSAT DVB T2

6.45 **SuperLudzie Extra** (58) – magazyn
6.55 **Na ratunek 112** (694, 695) – paradok.
7.55 **Doktor Martin** (39, 40) – serial obycz.
10.00 **Wydarzenia**
10.30 **Świat według Kiepskich** (423, 424)
11.35 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (192) – rozr.
13.30 **Bitwa o palety** (19)
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6** (57)
16.00 **Ninja Warrior Polska** (27)
18.00 **Świat według Kiepskich** (495, 496)
19.00 **Rolniczki** (11) – dok.
20.00 **Kolacja w ciemno** (6) – program rozrywk.

SCIENCE FICTION

21.00 **Venom** – Chiny/USA FILM 2018, reż. Ruben Fleischer, 135 min

Dziennikarz Eddie Brock tropi nieetyczne działania firmy Life Foundation. Przez przypadek wchodzi w symbiozę z nieznaną formą życia. Staje się żądnym krwi monstrum.

23.15 **Bez snu** – thriller, FILM USA 2017, 125 min
1.20 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (6) – kom.
1.50 **Świat według Kiepskich** (86, 111, 336, 337)
4.00 **Nasz nowy dom** (227, 228) – Polska

TV 6 DVB T

6.00 **Więzienie** (214, 215)
6.55 **Policjantki i Policjanci** (689, 690) – serial obycz., Polska
8.55 **Kobra – oddział specjalny** (8, 9) – serial sens., Niemcy
11.00 **48h. Zaginieni** (118-120) – krym., Pol.
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1190) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (25, 26) – krym., Pol. 2023-2024
15.55 **Kobra – oddział specjalny** (10, 11) – serial sens., Niemcy
18.05 **Strażnik Teksasu** (16, 17) – serial sens.
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (33, 34) – serial krym.

KRYMINALNY

21.55 **Kości** (99, 100) – USA 2009-2010

Pęka magistrala wodna i strumień uderza w pociąg metra, który wypada z szyn. Zniszczenia odsłaniają szkielet w ścianie. Brennan i Booth rozpoczynają śledztwo.

23.50 **Krwawa rozgrywka** FILM – film sensacyjny, Chiny/Hongkong 2017, 135 min
2.05 **Krejzi patrol** (15-19) – serial krym., Polska
4.40 **Kochane pieniądze** (71) – serial paradok.
5.45 **Telezakupy TV Okazje** – mag. rekl.

BBC FIRST HD

6.00 **Zagadki doktora Blake'a 2** (4) – krym.
6.55 **Śledztwa siostry Bonifacji 2** (7, 8)
8.40 **Lewis 4** (1) – krym.
9.45 **Ojciec Brown 13** (5)
10.40 **Śmierć pod palmami 14** (7)
11.45 **Zagadki doktora Blake'a 2** (4) – krym.
12.55 **Śledztwa siostry Bonifacji 2** (9, 10)
15.00 **Ojciec Brown 6** (9)
16.00 **Lewis 4** (1) – krym.
17.00 **My Life is Murder 2** (3) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 20** (1) – krym., Wlk. Bryt. 2018
19.55 **Śmierć pod palmami 14** (8) – serial kryminalny

KRYMINALNY

21.00 **Lynley** (1, 2) – Irlandia/Wielka Brytania 2025

Inspektor Lynley i sierżant Havers prowadzą dochodzenie dotyczące zagadkowego zgonu na wyspie Salcott.

22.55 **Śledztwa siostry Bonifacji 2** (9, 10) – krym., Wielka Brytania 2023
0.55 **Śmierć pod palmami 14** (8)
2.05 **Morderstwa w Midsomer 20** (1)
3.50 **My Life is Murder 2** (3) – serial kryminalny
4.40 **Moja rodzinka 2** (2)
5.10 **Ojciec Brown 13** (5)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

10.20 **Bajki Bolka i Lolka**
10.45 **Dziwne przygody Koziołka Matołka**
11.05 **Małe i duże przygody Miffy** (40)
11.20 **Świnka Peppa** (3, 4)
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam** (20, 21)
12.25 **Domisie** – dla dzieci
12.50 **Halo, halo!** (80)
12.55 **Zaczarowany świat...** (25)
13.20 **Pszczółka Maja** (47)
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**
14.30 **Świnka Peppa 8**
14.45 **Kid Lucky** (27, 28)
15.15 **Al-chemik** (41) – mag.
15.35 **Bella i Sebastian**
16.05 **Krecio** (11, 12) – anim.
16.35 **Rev i Roll** (27, 28)
17.05 **Dino Ranczo**

ANIMOWANY

17.30 **Piotruś Królik** (13, 14) – Wielka Brytania/USA/Irlandia 2013

Gdy Piotruś ma zająć się jajkiem Tekli, przekonuje się, że opieka nad maluchami może być znacznie bardziej ryzykowna, niż przypuszczał.

18.00 **Kucharz Shane** (29, 30) – serial anim.
18.25 **Leo da Vinci 2**
19.00 **Wieczorynka: Ptyś i Bill**
19.25 **44 Koty 2**
19.45 **Bazgrolinka**
19.55 **Czytanie przed spaniem**

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

7.30 **Jeden na jeden**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – inf.
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Tak jest** – pr. publ.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – program inform.

PUBLICYSTYCZNY

20.00 **Bez kitu**

Przy jednym stole spotkają się przedstawiciele różnych ugrupowań, instytucji i urzędów, aby prowadzić dyskusje dotyczące polityki, społeczeństwa i gospodarki.

21.00 **Polska i świat** – inf.
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
23.40 **Biznes** – pr. publicyst.
0.00 **Fakty po Faktach**
0.45 **Bez kitu** – pr. publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publ.
2.45 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.10 **Akademia ogrodnika** – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 **Dorwać tuńczyka** (7-9)
9.10 **Wojny magazynowe 15**
10.05 **Wojny kontenerowe** (7, 8) – serial dokumentalny
11.05 **Hardkorowy lombard** (153-158) – serial dok., USA
14.05 **Polacy za granicą** (133, 134) – serial dokum.
16.00 **Złomiarze** (17, 18) – dok.
18.05 **Poszukiwacze historii** (247-250) – serial dokum.
20.05 **Chłopaki do wzięcia** (487-490) – serial dokum.
22.00 **Zawód glina** (12) – dok.
23.05 **Łowca pedofilów** (151-158, 160, 161) – dok.
4.05 **Starożytni kosmici** (49, 50) – serial dok., USA

FOOD NETWORK HD

12.05 **Człowiek, ogień i wyżerka 6** (15, 16) – mag.
13.10 **Sąsiedzi kontra sąsiedzi**
14.10 **Akcja: Restauracja!** (7)
15.10 **Miasto smaków Guya Fieriego** (1) – reality show
16.15 **Kuchenne rewolucje** (14)
17.15 **Odkrycia Magdy Gessler**
17.50 **Apetyt na miłość** (11)
18.45 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** (10)
19.45 **Bójka na plaży 2** (2)
20.45 **Elitarny turniej wypieków** (2)
22.20 **Pyszne miejscówki** (10)
23.20 **Akcja: Restauracja!** (7)
0.20 **Człowiek kontra jedzenie** (5-7) – mag. kulin.

POLSAT RODZINA HD

11.40 **Bogaty dom – biedny dom** (116) – reality show
12.40 **Rodzina zastępcza** (203, 204) – kom., Pol. 2005
14.40 **Niezwykłe konstrukcje**
15.50 **Cuda oceanu** (5, 6) – dok.
17.05 **Pingwiny z Madagaskaru**
19.00 **Rodzina zastępcza** (298) – serial komediowy, Polska
20.00 **Miodowe lata** (2, 1, 89)
21.55 **Dywizjon 303. Historia prawdziwa** FILM – film wojenny, Pol. 2018, 125 min
0.00 **Nieznane zdjęcia Hitlera** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
1.00 **Znaki zła – runy SS** – dok.
2.30 **Ewa gotuje** (504) – mag.

BBC LIFESTYLE HD

11.35 **Wielkie brytyjskie wypieki 12** (5, 6) – pr. rozr.
13.40 **Najpiękniej ukryte hotele 2** (3) – serial dokum.
14.40 **Koreańska uczta Eda i Ryu** (3) – dok., Wlk. Bryt.
15.40 **Zapraszam do stołu 22**
17.45 **Najpiękniejsze domy: Nowa Zelandia** (6) – rozr.
18.45 **Mistrzowie ceramiki 3**
19.45 **Wielkie brytyjskie wypieki 12** (7) – pr. rozr.
21.00 **Spice Girls: rewolucja Girl Power** (3) – film dok.
22.00 **Oblicza seksu 2** (1) – dok.
23.00 **Wstydliwe choroby** (4)
0.00 **Wielkie taneczne show 20** (24, 25) – pr. rozr.

NICK JR. HD

16.00 **Świnka Peppa 5** (11)
16.10 **Małe Królestwo Bena i Holly** (21) – serial anim.
16.40 **Psi Patrol 6** (19) – anim.
17.00 **Rubble i jego ekipa 4** (9)
17.30 **Pan Krokodyl** (5) – anim.
18.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (14) – serial anim.
18.30 **Tim Rex wśród gwiazd**
18.55 **Przygody Misia Paddingtona 2** (15)
19.25 **Przygody Misia Paddingtona** (11, 13)
20.00 **Świnka Peppa 4** (1-5)
20.30 **Małe Królestwo Bena i Holly** (26) – serial anim.
21.00 **Barbapapa i jego rodzinka** (16-18) – anim.

POLSAT NEWS HD

14.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
14.55 **Pogoda**
15.00 **W rytmie dnia – serwis informacyjny**
15.30 **Sport, pogoda**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.10 **Więcej „Wydarzeń"** – inf.
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego** – pr. publ.
18.00 **Najważniejsze pytania**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – publ.
19.50 **Debata Gozdyry** – publ.
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie** – pr. inf.
23.30 **Obraz dnia – serwis informacyjny**
0.00 **Najważniejsze pytania**

TVP KOBIETA DVB T2

14.00 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (12) – teleturniej
14.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka**
15.00 **Po prostu na wieś** (4)
15.30 **Ojciec Mateusz 33** (429, 430) – krym., Pol. 2025
17.25 **Wyspy Kanaryjskie** (5)
18.30 **63. KFPP w Opolu – Premiery** – koncert
19.30 **Miłość i nadzieja** (286) – telenowela, Turcja 2022
20.30 **Wichrowe wzgórze** (267) – serial obycz., Turcja 2024
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (261) – obycz.
22.30 **Szansa na miłość** – film FILM obycz., USA 2023, 100 min

E! ENTERTAINMENT HD

10.40 **Plastyczna fuszerka**
12.30 **Z kamerą u Kardashianów** (3, 4)
14.20 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (2, 3) – rozr.
16.10 **Plastyczna fuszerka**
18.00 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
18.30 **Z kamerą u Kardashianów** (9, 10)
20.30 **Tyler Henry – medium z Hollywood** (4, 5) – rozr.
22.30 **Plastyczna fuszerka**
0.30 **Oglądaj na żywo, co się dzieje!** – program rozrywk.
1.00 **Z kamerą u Kardashianów** (3, 4)
3.00 **Plastyczna fuszerka**

TV TRWAM DVB T

17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist.
18.00 **Anioł Pański**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Westerplatte młodych**
19.00 **Warto zauważyć... w mijającym tygodniu** – program publicystyczny
19.30 **Historie Starego Testamentu** – serial anim.
19.45 **Modlitwa** – religijny
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **My chcemy Boga!** – dok.

BBC BRIT HD

8.15 **Top Gear 18** (3) – mag.
9.30 **Top Gear: testy mocy 29**
10.35 **Warsztat Hammonda 5**
11.35 **Narodziny miliarderów**
12.35 **Top Gear 6** (11) – mag.
13.35 **Warsztat Hammonda 5**
14.35 **Cuda inżynierii 6** (3)
15.40 **Najsłabsze ogniwo** (10)
16.45 **Narodziny miliarderów** (3) – serial dok., Wlk. Bryt.
17.50 **Top Gear 7** (1) – mag.
18.55 **Cuda inżynierii 6** (3)
20.00 **Narodziny miliarderów** (4) – serial dok., Wlk. Bryt.
21.00 **II wojna światowa w kolorze** (7, 8) – dok.
23.05 **Top Gear 6** (11) – mag.
0.05 **Najsłabsze ogniwo** (10)

MINI MINI+ HD

15.36 **Jeżyk Happy** (23, 24)
15.55 **Mały Charlie** (9) – anim.
16.05 **Mega Ekspres** (17, 18)
16.30 **Ciekawski George 6** (1)
17.00 **Strażak Sam 16** (13, 14)
17.25 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny** – dla dzieci
17.56 **Smerfy** (30) – serial anim.
18.25 **Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia** (7, 8) – serial anim., Japonia
18.50 **Baczne oczka** (5, 6)
19.05 **Kicia Kocia 2** (6, 7) – anim.
19.25 **Mały Charlie** (9) – anim.
19.36 **Jeżyk Happy** (23, 24)
19.52 **Basia 2** (6) – serial anim.
20.05 **Wierszyki domowe** (4-6)
20.35 **Dolina Muminków 2** (7)

TVP 3 DVB T2

12.30 **Rączka gotuje**
13.00 **Agrobiznes**
13.20 **Agropogoda**
13.30 **Niebezpieczne związki**
14.20 **Niezwykłe miejsca**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – program religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Dlaczego krowa...** – mag.
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów** – inf.
20.10 **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** (182)

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

JAK UŻYWAĆ ESIM W URZĄDZENIACH MOBILNYCH

Wirtualną kartę SIM aktywujesz online w zaledwie kilka minut – zyskując wygodę, większe bezpieczeństwo i możliwość korzystania z kilku numerów na jednym smartfonie. A to nie koniec jej zalet.

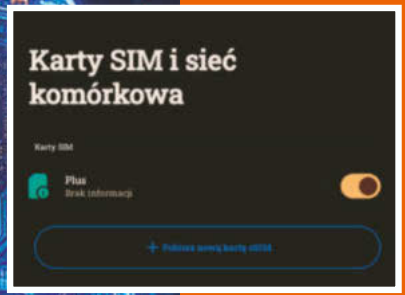
TWÓJ NUMER W CHMURZE

ESIM to cyfrowa wersja karty SIM, którą pobierasz zdalnie i instalujesz na swoim urządzeniu – bez wkładania plastikowej karty do telefonu. **Wystarczy połączenie z internetem i kilka chwil, by aktywować profil** (to właśnie on zawiera twój numer telefonu) – zwykle poprzez zeskanowanie kodu QR od operatora (wysłanego np. na e-mail) wyświetlonego na innym urządzeniu. Cały proces odbywa się szybko i wygodnie, bez wychodzenia z domu. **eSIM ma wiele zalet. Jest zapisana w urządzeniu, więc nie da się jej zgubić ani fizycznie uszkodzić.** W każdej chwili możesz ją też wyłączyć w ustawieniach telefonu. Umożliwia korzystanie z kilku numerów na jednym urządzeniu, nawet jeśli nie ma ono dodatkowego slotu na kartę SIM. **Podczas wakacji za granicą dzięki eSIM możesz używać lokalnego numeru i uniknąć kosztów roamingu.** Wirtualna karta zwiększa również bezpieczeństwo. W przypadku kradzieży telefonu jej usunięcie jest znacznie trudniejsze niż wyjęcie tradycyjnej karty SIM, więc skradziony smartfon łatwiej namierzyć. Co więcej, **technologia eSIM działa nie tylko w smartfonach, ale też w tabletach i smartwatchach.** To rozwiązanie, które sprawia, że mobilność staje się jeszcze bardziej komfortowa. **MG**

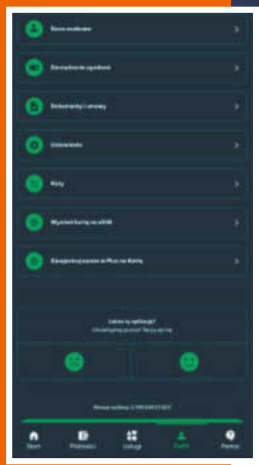
CYFROWY KROK NAPRZÓD

Operatorzy komórkowi w Polsce idą z duchem czasu – eSIM obsługują czterej główni dostawcy usług telekomunikacyjnych, czyli Orange, Play, Plus i T-Mobile. Cyfrową kartę mają też w swojej ofercie operatorzy wirtualni, m.in. Nju Mobile, Lycamobile, Otvarta, Virgin Mobile, Mobile Vikings, Heyah czy Red Bull Mobile.

JAK TO DZIAŁA?



Aby sprawdzić, czy telefon obsługuje eSIM, wpisz w aplikacji do wybierania numeru (tak, jakbyś chciał zadzwonić) kod *#06#. Jeśli zobaczysz numer EID, urządzenie wspiera eSIM. Żeby włączyć usługę w iPhonie, wejdź w „Ustawienia", potem „Sieć komórkowa", wybierz „Dodaj plan komórkowy" lub „Dodaj eSIM", zeskanuj kod QR od operatora i postępuj zgodnie z instrukcjami na ekranie. W telefonie z Androidem otwórz „Ustawienia", przejdź do „Połączenia" albo „Sieć i internet", wybierz „Menedżer kart SIM" (zdj. 1), kliknij „Dodaj eSIM" i zeskanuj kod QR. Innym sposobem jest zalogowanie się do apki swego operatora (zdj. 2). Przejdź do sekcji dotyczącej eSIM i postępuj zgodnie z instrukcjami instalacji. Od operatora możesz też otrzymać e-mail z bezpośrednim linkiem aktywacyjnym.



MOBILNOŚĆ DO KWADRATU

Smartwatche, np. HUAWEI WATCH 5 ACTIVE (zdj.), tablety z eSIM mogą działać niezależnie od smartfonów, umożliwiając pełne korzystanie z ich funkcji bez konieczności trzymania telefonu pod ręką. Dzięki wirtualnej karcie można prowadzić rozmowy telefoniczne, wysyłać i odbierać SMS-y oraz korzystać z internetu, np. wyświetlać i śledzić trasę podczas wycieczek. To idealne rozwiązanie na trening czy spacer – zachowując łączność ze światem, odetchniesz od social mediów.

FOT: MATERIAŁY REDAKCYJNE / AI (2), MATERIAŁY PRASOWE (3)

Na pytania Czytelników odpowiada
INŻ. JAROSŁAW KUCHAREK,
absolwent Politechniki Łódzkiej od 30 lat związany z branżą satelitarną

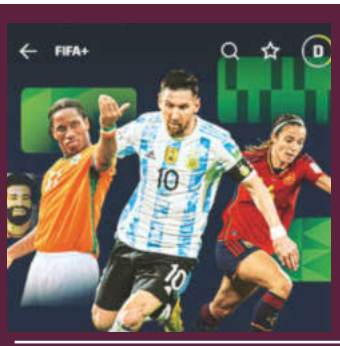
Prosimy o przysyłanie pytań z opisem problemu e-mailem na adres: inzynier@toiowo.pl

CIEKAWE NIEKODOWANE KANAŁY SATELITARNE

PAN TOMEK spod Brzezin pyta, z jakich pozycji satelitarnych mógłby odebrać najwięcej niekodowanych kanałów. Posiada dekoder Ferguson Ariva i jedną antenę do odbioru z Astry i Hot Birda, mieszka w domku jednorodzinnym, nie ma problemu z zamontowaniem dodatkowej anteny lub większej liczby anten; nie chciałby raczej instalować obrotnicy antenowej. Przypuszcza, że byłby w stanie samodzielnie znaleźć jakieś ciekawe kanały, tylko gdzie ich szukać?

JK Hot Bird i Astra z pewnością mają najwięcej niekodowanych kanałów; w zależności od tego, jakiego rodzaju kanały Pana interesują – o konkretnym profilu, z danym językiem czy po prostu „egzotyczne" – jest w czym wybrać. Na pozycji 16E, pomiędzy Astrą i Hot Birdem, znajdziemy około 60 niekodowanych kanałów z południa Europy. Problemem jest to, że nie ustawimy jej na konwerterze zezującym anteny z Hot Birda, bo konwertery są za blisko siebie. Potrzebna więc osobna antena. Z kolei do niej możemy dołożyć „zeza" na pozycję 9E, gdzie mamy „paczkę" kanałów węgierskich. Na antenie ustawionej na Hot Birda możemy z kolei zezować na Astrę 4A z pozycji 4,9E. Tu mamy kilkanaście niekodowanych kanałów ukraińskich. Właściwie to wszystkie ciekawe pozycje na zachód od Astry. Pojedyncze kanały z innych pozycji to już naprawdę dla najbardziej zagorzałych fanów. Warto jednak spojrzeć w drugą stronę – na wschód. Dla chętnych do podszkolenia języka angielskiego z pewnością będzie interesująca oferta kilkudziesięciu kanałów z pozycji 28E, choć oczywiście nie są to stacje z najwyższej półki. Przeszukując listy kanałów z tej pozycji, niech nas nie zmyli duża liczba ciekawych niekodowanych kanałów w wiązce „UK". Wiązka ta jest u nas nie do odbioru i nie ma nawet co „podchodzić do tematu". Na Hellasacie z 39E będzie kilka bułgarskich kanałów, ale prawdziwą perełką jest Turksat 42E, gdzie na tradycyjnej antenie 90 cm w okolicach Łodzi znajdziemy około 200 niekodowanych stacji. Obok jest jeszcze Azerspace 46E – około 20 kanałów i warta uwagi pozycja 52E, gdzie mamy prawie 150 perełek z okolic Bliskiego Wschodu, nieobecnych na innych znanych nam satelitach. I to wszystko na antenie 90 cm! Zapraszam więc do łowów!

MEDIA NEWS



PRZENIOSŁA SIĘ DO DAZN

STREAMING Platforma FIFA+ trafiła do serwisu sportowego DAZN. Będzie oferować tysiące transmisji meczów na żywo rocznie, a także swoje oryginalne treści, archiwalne materiały, powtórki meczów, skróty. Wiele treści obejrzymy za darmo po zalogowaniu się, np. adresem e-mail, kontem Facebooka czy Google.

FILMBOX PO NOWEMU

OFERTA Kanały Kino TV i FilmBox zmieniły nazwy na FilmBox+ z dopiskiem oddającym ich charakter: One, Love & Crime, Hits, Emotion, Action, Comedy i Festival. Serwis VOD FilmBox+ to teraz FilmBox+ Stream. Pojawiło się w nim 21 kanałów online, m.in. Series (na zdj. „Poirot"), Telenovela, Stars, Polska.

FOT: MATERIAŁY PRASOWE

ROZWIĄŻ DLA PRZYJEMNOŚCI

drewno na statki
... Stuhr, „Fuks 2"
uderzenie nożem
przedwojenny amant
kajzerka
odbijana w badmintonie
piłka meczowa
nad kolanem
15 sztuk
faworyty
oddzielanie nasion od słomy
4
3
świeci nad witryną
sypany na oblodzoną drogę
zna Koran
powieść Zoli
tkanina na firanki
obok Warsa
zebranie, kongres
grał Janosika
kanon moralny
5
... Chruściel, „Komisarz Mama"
czarne drewno
składnik ponczu
serce na asie
głowa byka
pod sukienką
ocena jurora
zżera żelazo
naczynie z klepek
reklama na budynku
2
nosił kontusz
współbrzmienie dźwięków
gag komediowy
marynarka wojenna
ogół księży
twarda żywica
nietakt
wąż lub szal
ma go wiersz
słodki z malin
ukochany Psyche
owad w paski
szewska forma
dobry gust
1

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5

BAW SIĘ Z NAMI!

Rozwiąż dla przyjemności!

nad parapetem	ma krótkie nogi	stanowcze polecenie		odstęp w rzędzie		utrzymanie		dyletant, ignorant	Marek ..., „Dzień świra”		system rozgrywek / „... koni” z Redfordem		szajka		unosi się nad wrzątkiem
				uchwyt ze szczękami						5	po jesieni				solo w operze
wóz terenowy / wyparł go mail			3			cyklon tropikalny		jajeczka pstrągów	słynny wodospad						
				ptasie gody					kółko łańcucha		do wbijania pali w grunt				
tatami					pracz wśród zwierząt		paciorek					... Turner, piosenkarka		nad zlewem	
				zażalenie / sukulent z Afryki				1			wyspa Odyseusza			7	
odprawiana w intencji		naczynie na rosół					... Pawlicki, aktor						z piramidą Cheopsa		perkusyjne talerze
drążony pod celą		koc dla konia	do odpalania dynamitu					obsługuje krosna		obszar wodny	umowa o pracę				
						espresso			6		Michael ..., „Włoska robota”				
uciekinier			cieszy karierowicza		spisek	twórca projektu		wzór, ideał					supermarket		napój Tatarów
kurtyna wodna									entuzjazm		żerdź	ryżowy trunek			
				w orszaku Apollina					moralista / pływają na rosole					rumuński dżip	dokument prawny
uciecha, heca		składnik powietrza					szkocki konik					ssak z Andów			4
				był nim Szwejk		2				uczeń w koloratce					
... Connery, „Twierdza”		maź do łożysk					na dziurze					pokutna dieta			

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7

REDAKCJA & WYDAWNICTWO

Adres redakcji: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, adres mailowy: redakcja@toiowo.pl
Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzający:** Artur Kosiński **Hub Rozrywka i TV: Red. zarządzająca:** Anita Nawrocka **Planner:** Adam Piosik **Koordynator:** Dorota Skalska **Redaktorzy:** Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kołakowska, Iwona Leończuk, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek, Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka **Hub Poradniki: Red. zarządzająca:** Monika Bobowska **Hub Graficzny: Dyrektor:** Robert Latek **Lider:** Mirosław Orzechowski **Koordynator:** Marcin Makarewicz **Graficy:** Edyta Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Walinowicz, Sławomir Kozłowski, Agnieszka Glewicka, Małgorzata Porębska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedycji: Lider:** Agata Zasada **Koordynatorzy:** Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedytorzy:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela Taflińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominek

Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa
Zarząd: Prezes Zarządu: Tomasz Namysł
Członkowie Zarządu: Andrzej Choynowski, Marek Lasota
Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego: Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orełko **Publisher/Wydawca:** Justyna Hałas

Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl, e-mail: prenumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.

Dyrektor biura reklamy: Izabela Sarnecka
Dyrektor segmentu pism telewizyjnych: Aneta Rym-Gałka, e-mail: Aneta.Rym@bauer.pl
www.bauer.pl/reklama/

Dyrektor ds. dystrybucji i obsługi klienta: Piotr Ludwicki, e-mail: kolportaz@bauer.pl
Druk: Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o. Sp.j.

Copyright: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.

Program TV – AKPA

Adres do korespondencji:
Redakcja TO&OWO TV
ul. Motorowa 1,
04-035 Warszawa

Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Za treść ogłoszeń redakcja ponosi odpowiedzialność w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe. Wydawca ostrzega P. T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową.
Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: **reklama@bauer.pl**

SUDOKU

PUSTE POLA WYPEŁNIJ TAK, ABY W KAŻDEJ KOLUMNIE, KAŻDYM RZĘDZIE I KWADRACIE OBWIEDZIONYM POGRUBIONĄ LINIĄ ZNALAZŁY SIĘ CYFRY OD 1 DO 9.

	1	7	5					2
	2				3	7		8
		4	9	6				
1	9		8		4		7	3
				2	1	4		
3		6	4				1	
9					2	5	6	

	5		2			3		9
		4			9	8		
2	9							4
9		8			5			7
3			9			6		2
1							8	6
		9	8			2		
4		7			1		5	

kornik albo termit ▼ brak sił obsesyjny lęk ▼ ... Kilmer / 16 uncji ▼ akceptacja / poręczenie, rękojmia ▼ myśli tylko o sobie ▼ kuzyn karpia / wzywały do boju ▼ kocioł / zrzesza kowali ▼

▶ 3 ▼ stronnictwo konserwatywne ▶

... Rogacewicz, aktor — szeroka ulica spacerowa / można jej dostać ze śmiechu ▶ 4 saper ▶

▶ ▼ niemowlę granat lub mango ▶ 5 obrus z folii nauka o świetle

przeżyte lata — niedrożność ▶ ▼ nie śpi w porzekadle ▶ ▼

▶ 6 wawrzyn utwór o dziejach rodu ▶ ofiara Kaina rów na froncie ... Kulm, „Filip”

po nich dożynki — Woody ..., „Zelig” ▶ ▼ stołek ▶ ▼ ▼ ▼

▶ mięso na kotlety ▶ czarny koń ▶ 2

podnośnik samochodowy — Jerzy ..., bokser ▶ wiersz o tematyce miłosnej ▶

▶ Irena ..., „Wilcze echa” ▶ tekturowe pudło ▶ 1

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6

Dzwoniąc, użyj kodu: LATO2026
i skorzystaj z ofert na tej stronie!

OFERTA WAŻNA DO WYCZERPANIA ZAPASÓW

Zadzwoń teraz:
12 300 39 02
Pon.-pt. 8:00-20:00, sob. i niedz. 9:00-20:00 (standardowy koszt połączenia dla danego operatora)

REKLAMA

Tele Outlet
Znajdź coś dla siebie i dzwoń!

1. Diamentowa ostrzałka do noży

Dość tępych noży w kuchni! Ta profesjonalna ostrzałka sprawi, że Twoje noże będą **ostre i wszystko pokroją!**

3-STOPNIOWY SYSTEM OSTRZENIA:

1. Pręty z powłoką diamentową **wyrównują mikrouszkodzenia**
2. Kółka z węglików spiekanych **ostrzą i przywracają ostrzu odpowiedni kształt**
3. Kółka ceramiczne **wygładzają i polerują** powierzchnię noża

Szybka i łatwa w obsłudze – tylko 8 pociągnięć!

69 zł

2. Wszystkoklejąca taśma „Strong MEN"

Powiesisz półkę, obrazek, wieszak czy skrzynkę na listy – **bez wiercenia i niszczenia ścian!** Przyklei np. tkaninę do drewna, plastik do ściany, szkło do płytek, metal do cegły. Trzyma mocno nawet w **wilgotnej łazience i na dworze.**

UDŹWIG 9 kg

69 zł

Do każdej powierzchni! WYTRZYMAŁA!

- **2-stronna** – zamiast kleju, gwoździ i kołków
- **Wielorazowa:** już użytą taśmę możesz oderwać (nie zostawi śladów), **umyć i użyć ponownie!**

3. Ekran-lupa do telefonu z głośnikami

Oszczędzaj oczy! Powiększający ekran-lupa świetnie sprawdzi się do przeglądania internetu, czytania książek, oglądania filmów i bajek oraz rozmów wideo na telefonie – **bez wytężania wzroku.** Aż **3-krotne powiększenie obrazu** i wbudowane głośniki Bluetooth mogą **zamienić Twój telefon w przenośne minikino domowe**, a przeglądanie i czytanie znów będzie komfortowe.

97 zł

Wyraźny obraz!

3X HD 1080P

Kabel micro USB do ładowania GRATIS!

Dobry dla dzieci i seniorów!

4. Latarka patrolowa LED 4 w 1

Oświetlisz nią kemping, garaż, piwnicę, działkę, leśną ścieżkę czy sytuacje alarmowe na drodze. **4 diody LED** dają **potężny strumień jasnego światła o mocy 800 lm, który oświetli wszystko w zasięgu do 200 metrów!** Podobnych używa straż morska podczas akcji ratowniczych i patroli, wojsko i służby mundurowe.

- **Funkcja lampionu** – można ją też zawiesić w namiocie
- **4 tryby świecenia:** mocne, średnie, boczne, stroboskopowe – czytanie mapy, oświetlenie trasy, biwaku, sytuacji awaryjnych

Ładuje się przez USB. 4 diody typu T6 oraz 1 dioda typu COB.

4 diody LED o mocy aż 800 lm!

89 zł

ZASIĘG DO 200 m!

5. Magnetyczna myjka do okien

Zadbaj o bezpieczeństwo! Z tą myjką **umyjesz okna na błysk** bez wychylania się! Przyłóż obie części myjki z obu stron okna – będą się przyciągać za pomocą magnesów. Gdy przesuniesz jedną, druga automatycznie podąży za nią, **myjąc okno z obu stron!**

- Specjalne gąbki **za 1 pociągnięciem** zbierają kurz i zaschnięty brud!
- Lśniące szyby **bez smug i zacieków!**

CZYSTE SZYBY BEZ SMUG

79 zł

4x SZYBCIEJ!

6. Okulary do jazdy w dzień i w nocy

Ochrona przed oślepieniem odblaskami i reflektorami. **Można też nosić je na okulary korekcyjne.** Stworzone po to, by widzieć w rażącym świetle, we mgle, o zmroku i w nocy. Podbić kontrast i rozjaśnić obraz. Przydatne też dla żeglarzy, wędkarzy i rowerzystów.

- **Zmniejszają odblaski i oślepienia**
- **Ochrona UV**
- Uniwersalny fason unisex

Z OKULARAMI

89 zł

7. Przyssawkowy uchwyt łazienkowy

Ma za zadanie pomóc Ci w **utrzymaniu równowagi**, zapewniając dodatkowe wsparcie. A także ułatwić wstawanie z wanny czy toalety. Przydatny podczas codziennych kąpieli, **w wannie, jak i pod prysznicem!**

- **Mocne przyssawki** trzymające się gładkich powierzchni
- Antypoślizgowe wykończenie
- **Łatwy montaż** bez użycia wiertarki

69 zł

Relaksująca kąpiel w każdym wieku

8. Kamera samochodowa Full HD z podczerwienią

Nagrywa wszystko, a w razie kolizji **zapisze film. Detektor wykrywa ruch,** nawet gdy nie ma Cię w pobliżu – co pozwala nie martwić się o zaparkowany samochód. Czuły mikrofon rejestruje dźwięki wyraźnie i czysto. Nagranie może pomóc Ci **ustalić sprawcę wypadku** i być przydatne dla policji.

- Wysokiej jakości nagrywanie w **nocy, deszczu, mgle i śnieżycy**
- **Błyskawiczny montaż** – mocowanie z przyssawką

Ładowarka samochodowa i uchwyt GRATIS!

129 zł

Obiektyw Szerokokątny 170°

9. Kran „trąba słonia"

Zapewnij sobie wygodę, oszczędzaj wodę i pieniądze. Kran działa jak trąba słonia – dowolnie go obrócisz i skierujesz strumień w każdym kierunku. Łatwiej nalejesz wodę do butelki, czajnika, miski, napijesz się wody z kranu. Bez kałuż i zachlapań.

69 zł

OBROTOWA GŁOWICA!

- ✓ **Pomoże Ci oszczędzić wodę** w domu i na działce
- ✓ Łatwiej Ci będzie **umyć głowę, twarz, wypłukać zęby**
- ✓ **Uciecha dla dzieci :)**

Oszczędność na rachunkach!

SUPERWYGODA!

2 tryby przepływu wody!

10. Solarny odstraszacz kretów i gryzoni

Może przegonić z Twojego ogrodu: **krety, nornice, myszy, węże** i inne szkodniki. Zasilany światłem słonecznym, emituje ciche dźwięki 400–1000 Hz w 30-sek. odstępach. Dźwięki te mogą zniechęcać szkodniki do przebywania w Twoim ogrodzie, zapewniając **skuteczną ochronę.**

- Działa **24 h/7 w zasięgu do 1000 m²**
- **Bezpieczny** dla ludzi i zwierząt domowych

69 zł

Działa też na komary, muchy i pająki!

11. Powietrzna sofa

Koniec z taszczeniem ciężkich leżaków i dmuchaniem materacy! **Ta ultralekka i wygodna sofa pompuje się jakby sama! Wystarczy zrobić 3 kroki pod wiatr, aby w kilka sekund wypełniła się powietrzem. Waży tylko 0,6 kg,** więc z łatwością zabierzesz ją **na plażę, na działkę czy kemping.**

79 zł

Bez pompki!

Torba GRATIS

SUPERMOCNA – dzięki 2-warstwowej nylonowej membranie nie przedziurawi się na kamieniach czy korzeniach. Nie nagrzewa się na słońcu.

●NA ŚWIEŻYM POWIETRZU ●NAD WODĄ ●W DOMU

12. Automatyczna szczotka 3 w 1 „Huragan"

Dość mozolnego szorowania na kolanach, przez które bolą plecy i ramiona! Teraz możesz **szybko i bez trudu wyczyścić** okna, żaluzje czy posadzki. W mig umyć samochodową tapicerkę i nawoskować karoserię bez płacenia za myjnię. **System obrotowo-pulsujący** generuje drgania o wysokiej częstotliwości, które odrywają cząsteczki brudu, tłuszczu, kurzu i sadzy. Dzięki temu z minimalnym wysiłkiem **wypolerujesz i odświeżysz każdą powierzchnię.**

169 zł

3 PRAKTYCZNE KOŃCÓWKI:

- Do chodników, basenów, elewacji, kominka
- Do ogrodzeń, żaluzji, rynien i zakamarków
- Do karoserii, mebli, kafelków

Każdy produkt otrzymasz tylko w sprzedaży telefonicznej.

12 300 39 02
Pon.-pt. 8:00-20:00, sob. i niedz. 9:00-20:00
(standardowy koszt połączenia dla danego operatora)

Zajęte? Dzwoń ponownie!

Darmowa dostawa przy zakupie min. 4 produktów

Bezpieczna płatność przy odbiorze

Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji dostępne pod adresem sprzedawcy: Nargo Invest Sp. z o.o., ul. Żołnierzy i Armii Wojska Polskiego 10/86, 81-383 Gdynia, +48 538448631, contactpl@globadvice.info. Regulamin: https://customers-statute.com/statute/pl/.