

NETFLIX

Disney+

HBO
max

prime video

CANAL+

4,29 zł (w tym 8% VAT)

PROGRAM TV NR 18/27.04.2026
2.05-8.05.2026

NR INDEKSU 379236

to&owo TV

SPORT NA ŻYWO

PIĘKA NOŻNA
FINAŁ PUCHARU POLSKI
GÓRNIK - RAKÓWHOKEJ: MŚ DYWIZJI 1A
POLSKA - UKRAINAKOLARSTWO
GIRO D'ITALIAFORMUŁA 1
GRAND PRIX MIAMIKALENDARZ
KIBICA I INNE SPORTOWE
WYDARZENIA
TYGODNIA

» s. 14-17

PONAD
150
OPISÓW FILMÓW
NA CAŁY
TYDZIEŃ!

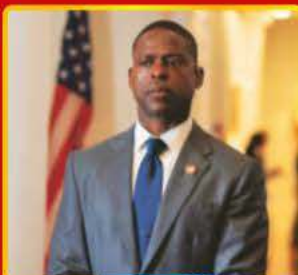
WYWIAD TO&OWO TV

**ANDRZEJ
DESKUR**W SERIALACH CZĘSTO
WCIELAM SIĘ W RÓŻNEJ
MAŚCI ŁAJDAKÓW
PRZEPIS NA ZBRODNIĘ s. 4NIEZWYKLE
SZLACHTNE
STWORZENIANETFLIX
DISNEY+
HBO MAX
I JESZCZE
WIĘCEJ s. 18RODZINA
DO WYNAJĘCIA

FARMA

KASZTANOWY
LUDZIK
2. SEZONDLA KAŻDEGO
COŚ DOBREGO!

MUST BE THE MUSIC



PARADISE



FRANCUSKA RULETKA

MAJÓWKA
NA MOŁOISSN 1230-4331
9 77 1230 833607Numer
w sprzedaży
do 3.05.2026

eprasa.pl/4lbb7545e5

BĘDZIE HUCZNA IMPREZA!

Ta artystka wie, jak zrobić prywatkę, jakiej nie przeżył nikt. Agnieszka Chylińska wkrótce będzie świętować 50. urodziny. – Ktoś mi kiedyś powiedział, że prawdziwe życie zaczyna się po pięćdziesiątce. Coś w tym jest. Nigdy wcześniej nie czułam się tak dobrze – mówi artystka. A że okazja wyjątkowa, to i świętowanie będzie w wielkim stylu. – Wy i ja. Impreza mojego życia i goście, których z ogromnym poczuciem szczęścia i zachwytem zaprosiłam, by świętowali ze mną – zaprasza fanów na wyjątkowy koncert. Dla porządku podajemy: odbędzie się on 23 maja w łódzkiej Atlas Arenie o godz. 19.45. Będzie go można oglądać na żywo w TVN. **ILE**



ZA POLICJANTAMI NA ŚLĄSK



RUSZYŁY ZDJEĆIA Widzom chyba nigdy nie znudzą się seriale pokazujące pracę policji. „Gli-niarze” (Polsat) wkrótce będą świętować swoje 10-lecie. Akcja serialu rozgrywa się w Warszawie, ale przecież nie tylko w stolicy są przestępcy i nie tylko w stolicy trzeba dbać o bezpieczeństwo. Trwają prace nad planem nowej produkcji o policjantach, ale tym razem jednak z południa Polski. Akcja ma toczyć się na Śląsku, stąd jej tytuł „Gli-niarze. Śląsk”. Główne role zagrają m.in. Agnieszka Wagner (zdj.) i Zbigniew Strzyż. Aktorka wcieli się w surową, ale skuteczną prokuratorkę; aktor zagra komendanta i oficera Śląskiego Biura Policji. Premiera serialu jesienią. **ILE**

Z FESTIWALU NA EKRAN

WKRÓTCE PREMIERA O polskim serialu „Proud” zrobiło się ostatnio głośno na świecie. Nie bez powodu! Zdobył główną nagrodę na prestiżowym Series Mania Festiwalu. Wkrótce produkcja wreszcie będzie dostępna dla szerokiej publiczności. Premiera zapowiedziana jest na czerwiec w HBO Max. Głównym bohaterem tej historii jest młody gej (w tej roli Ignacy Liss – zdj.), który żyje beztrudnie i nieodpowiedzialnie do czasu, gdy rodzina na tragedię zmusza go do zaopiekowania się małym dzieckiem. Czy będzie w stanie podołać temu wyzwaniu? W serialu występuje plejada znakomitych aktorów, m.in. Maja Ostaszewska, Joanna Kulig (zdj.), Piotr Pacek i Dorota Kolak. **ILE**



FOT. AKPA (3), MATERIAŁY PRASOWE (5)

→ AKTUALNOŚCI

UCZUCIE WYGRAŁO

REALITY SHOW Prawdziwa miłość nie liczy nie tylko lat, ale i kilometrów. Anna Król i Zbigniew Zamróg (oboje na zdj.) byli uczestnikami trzeciej edycji programu „Sanatorium miłości”. Ona mieszkała w Rytrze (Beskid Sądecki), a on na drugim końcu Polski – w Darłowie. Wydawało, że uczucie, które zaczęło się pojawiać w trakcie nagrań, nie przetrwa próby czasu. A jednak seniorzy postanowili dać sobie szansę. Niedawno obojwoje pojawili się w programie „Życie po Sanatorium miłości”. Pracują razem jako animatorzy w ośrodku wczasowym w DarłóWKu i szykują się do ślubu. Pani Anna już nawet odwiedziła salon ślubny. Życzymy obojgu, by ich miłość kwitła. **ILE**



NA PLANIE Z FOKAMI

NOWY FILM Bałtyckie foki doczekają się wreszcie filmu, którego będą istotnymi bohaterkami. Ruszyły zdjęcia do polsko-fińskiej produkcji „Matka fok”. Jest to opowieść o 42-letniej zoolożce, która w fokarium towarzyszy narodzinom młodych fok i pomaga im wrócić do morza. To budzi w niej pragnienie macierzyństwa. Podejmuje więc próby leczenia metodą in vitro. Film jest pełen refleksji nad kondycją przyrody, nad kondycją człowieka. Dużo miejsca poświęca się procesowi odbudowy populacji fok szarych w południowym Bałtyku, a także działaniom na rzecz ochrony fińskiej foki saimańskiej. Główne role grają Karolina Gorczyca i Mateusz Damięcki (zdj.). **ILE**

WPADŁ NA „RANCZO”

DOŁĄCZYŁ DO OBSADY Jeszcze w tym roku będzie miał premierę jedenasty sezon „Rancza”. Póki co niewiele wiadomo na temat tego, co nas czeka w nowych odcinkach, ale aktorzy powoli uchylają rąbka tajemnicy. Niedawno Artur Barciś udzielił wywiadu. – To jest mądre, to jest wszystko potwornie zabawne, potwornie śmieszne, śmiejemy się z samych siebie – powiedział o scenariuszu. I przy okazji podał zaskakującą informację. – Przedwczoraj spotkałem Andrzeja Seweryna, który się tak cieszy, że będzie miał jeden dzień zdjęciowy – powiedział aktor w wywiadzie. Póki co jest tajemnicą, w kogo wcieli się Andrzej Seweryn. **ILE**



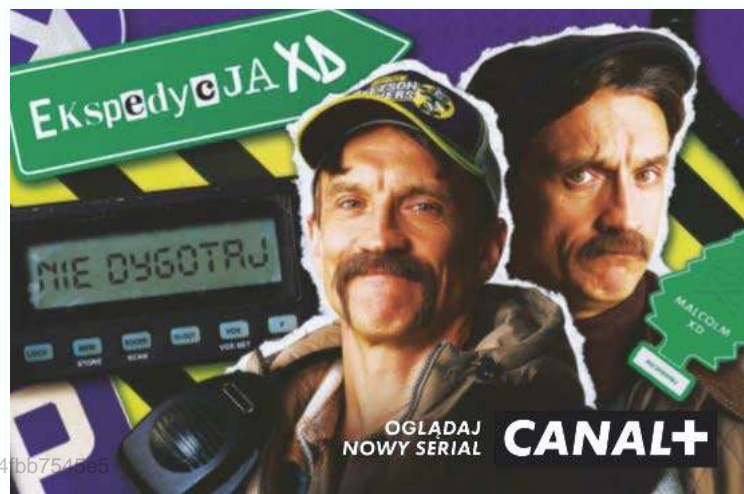
POPIERSIE W NAGRODĘ

PROWADZĄCY No to już wszystko jasne. Jak informowaliśmy, jesienią TVN pokaże polską wersję programu „Taskmaster”, w którym znani ludzie wykonują różne dziwne zadania – przydziela je im Taskmaster. On też je ocenia według własnego widzimisię. Miło nam przedstawić Taskmastery. Został nim Adam Woronowicz (zdj.). Pomagać mu będzie Asystent – w tej roli Cezary Sikora. Zapraszanie do udziału w programie będzie elementem show. – Ktoś wykonuje koncert. Albo akurat trwa stand-up czy spektakl w teatrze. I nagle, w jego trakcie, ktoś wchodzi (...) i wręcza kopertę – zdrazca Woronowicz. Nagrodą dla zwycięzcy będzie... złote popiersie Taskmastery. **ILE**



OKŁADKA: GRZEGORZ GOŁĘBOWSKI / TV PULS, AKPA, EAST NEWS, MATERIAŁY PRASOWE (8)

REKLAMA



POCZUCIE HUMORU I DYSTANS DO SIEBIE

→ W rozmowie aktor zdradza, jak radzi sobie w kuchni, opowiada o arystokratycznych przodkach i wyjaśnia, po kim odziedziczył skłonność do rozmyślań.

WYWIAD

BAR NA GORCZAKU
Jako serialowy Edek z „Przepisu na zbrodnię” dba o żołądki zarówno policjantów, jak i gangsterów.

Na małym ekranie często gra negatywne postaci, ale w głębi duszy od zawsze pragnął rozśmieszać ludzi. Dlatego z radością przyjął rolę Edka Małodobrego w „Przepisie na zbrodnię”, którego poczciwość połączona z gapowatością tworzy zabawną mieszankę.

W internecie przeczytałam o Panu: „To jest spoko człowiek”. Podoba się Panu taka opinia?

To miła odmiana, bo widzowie kojarzą mnie raczej z czarnymi charakterami. W serialach często wcielam się w różnej maści fajdaków i w taką szufladkę wpadłem. Z kolei w teatrze występuję najczęściej w komediach, grając trochę nieudolne, gapowate, ale sympatyczne postaci – bardziej w typie Edka Małodobrego z „Przepisu na zbrodnię”. Z natury jestem człowiekiem spokojnym, niekonfliktowym, od dziecka lubię rozśmieszać ludzi, więc w tej roli mogę trochę więcej czerpać z prawdziwego Andrzeja

Edek jest właścicielem baru. Czy na planie zdarzyły się jakieś wypadki? Odcięty palec albo pożar w kuchni?

Nic złego do tej pory się nie wydarzyło, choć miejsce, gdzie kręcimy serial, jest niewielkie, więc trzeba być ostrożnym. Na pewno pomaga mi to, że w domu zdarza mi się coś upichcić. Mam dzieci, to musiałem się trochę rozwinąć w tej materii. Wydaje mi się też, że to, co przygotowuję, jest dość zjadliwe, a rodzina najczęściej to potwierdza. Mam też swoją zasadę: nie obcinam palców przy gotowaniu, to jest mój sekret i tego się trzymam (śmiech). Na planie nie brakuje osób, które mają doświadczenie kulinarne, więc dzielimy się wiedzą na ten temat.

Pana serialową żonę gra Teresa Dzielska. Powiedziała mi, że już na zdjęciach próbnych pojawiła się między Wami chemia.

Teresa jest doświadczoną aktorką – i teatralną, i z zacięciem komediowym. Od początku świetnie nam się razem pracuje. Ta chemia jest bardzo istotna i nie tylko między nami, ale

Edek i jego żona, Aldona (Teresa Dzielska), która jest policjantką.





KORONA KRÓLÓW (2018-2020)
Zagrał Jarosława Bogorię ze Skotnik, arcybiskupa gnieźnieńskiego (z l.). Na zdj. z Robertem Gonerą (w śr.) i Marcinem Rudzińskim.

GLINA. NOWY ROZDZIAŁ (2025) W serialu pojawił się jako budzący wątpliwości pracodawca ofiary, znalezionej w bagażniku samochodu. Na zdj. z Maciejem Stuhrem.



POJEDYNEK (2026) Jako „Profesor” w najnowszym filmie Łukasza Palkowskiego. To opowieść o polskich oficerach w sowieckim obozie w Kozielsku.

w całej ekipie. Wszyscy się lubimy, co pomaga na planie.

„Przepis na zbrodnię” powstaje we Wrocławiu, więc często jest Pan z dala od domu.

To prawda i zawsze tęsknię za moimi bliskimi – żoną, dziećmi. Trochę jestem już zmęczony tym, że ciągle jestem gdzieś w podróży. Z drugiej strony, życie na wazylkach jest przypisane do tego zawodu, a plusem wyjazdów jest to, że mam okazję zwiedzać różne miejsca w Polsce.

**À propos rodziny...
Dwieście lat temu**

Pana przodek – francuski arystokrata – osiedlił się nad Wisłą, dając początek polskiej linii rodu Deskurów. W Pana rodzinie jest wiele osób zasłużonych dla historii, nauki i kultury polskiej.

Czy to wspaniałe drzewo genealogiczne jest ważną częścią Pana tożsamości?

Jako młody, zbuntowany człowiek, nie chciałem być postrzegany

przez pryzmat pochodzenia i mojej arystokratycznej rodziny. Z czasem coraz bardziej to doceniam i jestem dumny, że było w naszej rodzinie dużo ważnych postaci. A swoją drogą, ów przodek z Francji czmychnął do Polski po tym, jak się pojedykował, co wówczas było wbrew prawu. I stąd pochodzi mój ród.

Francja wciąż jest Panu bliska. Przez kilka lat występował Pan na deskach tamtejszych teatrów.

W mojej rodzinie uczone dzieci francuskiego z racji pochodzenia, więc całkiem dobrze mówiłem w tym języku. A potem trafiłem do teatrów w Rennes i w Paryżu. Było to dla mnie cenne doświadczenie – językowe i zawodowe. Zagrać w teatrze w obcym języku nie jest łatwo. Nie ma możliwości dubli, gdy ktoś się pomyli. Musiałem więc być dobrze przygotowany, ale dzięki temu mogłem podszlifować swój francuski. W „Le Figaro” ukazała się nawet recenzja, która mi bardzo schlebiła, że gram jak rodowity Francuz, który nauczył się mówić z obcym akcentem (śmiech).

Po francusku mówi Pan w „Pojedyku”, który niedawno wszedł do kin.

Bardzo się cieszę z udziału w tym filmie. Uważam, że temat jest ważny, a także, poza moją skromną osobą, ma fantastyczną obsadę, łącznie z Aidanem Gillenem, znanym z serialu „Gra o tron”. Miło, że możemy występować w takim światowym kinie. Uwielbiam filmy kostiumowe i lubię w nich grać. Żona twierdzi, że do twarzy mi w żabotach, a ja jej wierzę (śmiech). Cieszę się, że mogłem mieć swój udział w kilku produkcjach kostiumowych. Cenię dbałość o kostiumy i szczegóły z epoki na planie, bo pomagają aktorowi wejść w inny świat. Marzę, żeby zagrać w jakimś filmie czy serialu kryminalnym, ale w kostiumie z epoki. Lubię ukryć się za kostiumem. Nawet w „Przepisie na zbrodnię” wymyśliłem, że Edek, który ma sentyment do PRL-u, ubiera się w sweterki wyglądające, jakby dostał je po wujku.

Wspomniał Pan o żonie. Robi Panu piękne portrety. Jak to jest pozować najbliższej osobie?

Moja żona ma świetne oko do fotografii, jej tata również robi znakomite zdjęcia. Żona jest najbliższą mi osobą, bardzo mnie wspiera, więc czuję się przy niej bezpiecznie, a ma to duże znaczenie przy robieniu portretów. Pozują jej też inni aktorzy i wiem, że mają do niej zaufanie. Chyba potrafi wydobyc z człowieka to, co dobre.

Na Pana Instagramie przeczytałam zdanie: „Przestań myśleć, zacznij marzyć”. Czy to Pana życiowa dewiza?

Muszę uważać na to, co piszę (śmiech). Chyba nie zrezygnowałbym jednak zupełnie z myślenia, chociaż zdarza się, że po pracy na kanapie to praktykuję. Lubię sobie pomarzyć, bo wtedy bardziej zaczynam zdawać sobie sprawę, co jest dla mnie ważne. Na co dzień nie mam jednak czasu na marzenia. Wolę cieszyć się tym, co mam. Może skłonność do rozmyślań odziedziczyłem po dziadku filozofie (prof. Stefan Świeżawski – red.). Na pewno mam po nim dystans do siebie i poczucie humoru.

Ta Pana autoironia przypomina mi brytyjskie poczucie humoru.

Zastanawiam się teraz, jak odpowiedzieć, żeby nadal było autoironicznie... Hmm, tak na poważnie, chyba od dziecka miałem w sobie coś z Piotrusia Pana... Albo coś z Kaczora Donalda... (śmiech) Od zawsze chciałem rozbawiać ludzi. I jakoś nigdy nie zmądrzałem, nadal to lubię. Wyobrażam sobie nawet, że skoro potrafię rozbawić ludzi w teatrze czy przed ekranem, to sprawiam, że świat chociaż trochę staje się mniej szary, mniej poważny i smutny. A z brytyjskim poczuciem humoru świetnie Pani trafiła. Uwielbiam brytyjskie kino i seriale!

Rozmawiała Marzena Juraczko

**→ PRZEPIS NA ZBRODNIĘ PO 4.05
godz. 20.00 PULS 2**

sobota

niedziela

poniedziałek

SENSACJA



Londyn w ogniu

GODZ. 21.25 FX Kontynuacja losów bohatera filmu „Olimp w ogniu”, w którego wciela się Gerard Butler. Terrorysty wykorzystują pogrzeb premiera Wielkiej Brytanii do przeprowadzenia zamachu. Agent Banning musi ocalić prezydenta USA.



Atomic Blonde

GODZ. 20.00 KINO TV Szpiegowska rozgrywka z Chlize Theron w roli głównej. Rok 1989, Berlin. Pracująca dla brytyjskiego wywiadu Lorraine musi wyjaśnić okoliczności śmierci kolegi po fachu i odzyskać listę podwójnych agentów.



Iluzja

GODZ. 21.45 FILMBOX PREMIUM Pierwsza z trzech odsłon perypetii mistrzów magicznych sztuczek, którzy dokonują zuchwałych rabunków. Tropi ich agent FBI.

KOMEDIA



Kolejna zwyczajna przysługa

GODZ. 20.00 HBO Sequel czarnej komedii z Anną Kendrick i Blake Lively. Skazana na 20 lat więzienia Emily odzyskuje wolność. Planuje ślub na wyspie, a jej drużną ma być dawna znajoma. Podczas ceremonii dochodzi do zbrodni.



Bez urazy

GODZ. 21.00 SUPER POLSAT Laureatka Oscara Jennifer Lawrence („Poradnik pozytywnego myślenia”) wciela się w przewodniczkę po życiu dla młodszego o ponad dekadę introwertyka. Poruszająca opowieść z bezpruderyjnym humorem.



Wakacyjna terapia

GODZ. 22.30 TVP KOBIAETA Opowieść o siostrach, które postanawiają wesprzeć porzuconą matkę. Lekiem na złamane serce ma być miłosa przygoda w tropikach.

DRAMAT



Znachor

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Trzecia filmowa adaptacja powieści Tadeusza Dołęgi-Mostowicza. Chirurg Rafał Wilczur, w tej roli Leszek Lichota, doświadcza rodzinnej tragedii. Traci pamięć. Po latach zyskuje sławę jako wiejski uzdrowiciel.



Księżna

GODZ. 20.00 TVP KULTURA Biografia Georgiany Spencer – wpływowej arystokratki uwięzionej w nieszczęśliwym małżeństwie. Dopracowany wizualnie dramat z Keirą Knightley w roli głównej nagrodzono Oscarem za kostiumy.



Manchester by the Sea

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Lee musi zmierzyć się z dramatem sprzed lat, który skazał go na samotność. Rolę Caseya Afflecka i scenariusz nagrodzono Oscarem.

SF/FANTASY



Uciekinier

GODZ. 21.00 CANAL+ PREMIUM Glen Powell mierzy się z legendą Arnolda Schwarzeneggera, który zagrał w pierwszej ekranizacji powieści Stephena Kinga z 1987 roku. Wciela się w uczestnika reality show, w którym stawką jest życie.



Godzilla

GODZ. 20.00 TVN 7 Tajemnicze monstrum wymyka się spod kontroli naukowców. Pokonać je może tylko inna bestia – Godzilla. Kolejna odsłona perypetii słynnego jaszczura, który po raz pierwszy pojawił się na ekranie w 1954 roku.



Atak na dzielnicę

GODZ. 23.00 SCI FI Londyn. Członkowie gangu młodocianych przestępców zabijają monstrum, które przybyło z kosmosu. Niebawem zjawiają się kolejni najeźdźcy.

wtorek

środa

czwartek

piątek



Grzyby

GODZ. 22.25 ALE KINO+ Podczas grzybobrania seniorka natyka się w lesie na zagubioną parę. Spotkania przeradza się w pełną napięcia psychologiczną konfrontację.



XXx

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Miłośnik sportów ekstremalnych, w którego wciela się Vin Diesel, na zlecenie rządu USA ma rozbić siatkę terrorystyczną w Europie.



Zabić, jak to łatwo powiedzieć

GODZ. 22.35 ALE KINO+ Płatny zabójca ma dopaść rabusiów i odzyskać łup. W obsadzie takie gwiazdy jak Brad Pitt i Ray Liotta.



Dżentelmeni

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Twórca narkotykowego imperium chce wycofać się z branży. Nakręca to spiralę przemocy. Matthew McConaughey w filmie Guya Ritchiego.



O północy w Paryżu

GODZ. 21.35 TVP KULTURA Hollywoodzki scenarzysta odbywa magiczną podróż w czasie. Originalne kino Woody'ego Allena nagrodzone Oscarem za scenariusz.



Excentrycy, czyli po słonecznej stronie ulicy

GODZ. 20.00 TVP KULTURA Szczęście jazzowego muzyka burzy zniknięcie ukochanej. Tłem historii są barwne lata 50. XX w.



Bad Man

GODZ. 21.00 CANAL+ PREMIUM Nieporadny policjant chce się wykazać, rozwiązując sprawę zbrodni. Wchodzi mu w drogę tajny agent. Skrywa pewien sekret...



Trick

GODZ. 20.00 KINO POLSKA Odsiadujący wyrok fałszerz przyjmuje zlecenie od władz. Stawką jest wolność i zemsta na wrogach. Wciągająca intryga i humor.



Wilhelm Tell

GODZ. 21.00 CANAL+ PREMIUM XIV wiek. Dawny uczestnik krucjat dołącza do rebelii przeciwko tyranii Habsburgów. Historia szwajcarskiego bohatera narodowego.



Idź pod prąd

GODZ. 22.30 TVP KOBIETA Osadzona w realiach lat 70. opowieść o młodych buntownikach z Ustrzyk Dolnych, którzy założyli punkrockowy zespół KSU.



Eskorta

GODZ. 20.10 ALE KINO+ Właścicielka farmy i jej przypadkowy towarzysz podejmują się niebezpiecznej misji. Tommy Lee Jonesa staną po obu stronach kamery.



Zjawa

GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK Traper przemierza ośnieżone pustkowie, by zemścić się na zdradzieckim kompanie. Oscar dla Leonarda DiCaprio.



Interkosmos

GODZ. 20.00 WARNER TV Nieustraszonego pilota na skutek błędów w eksperymencie trafia do ciała tchórzliwego hipochondryka. Oscar za efekty specjalne.



Tomb Raider

GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK Lara Croft rusza śladem zaginionego ojca. Dociera do okrytego kłętą grobowca. Losy bohaterki gry komputerowej.



Inwazja: Bitwa o Los Angeles

GODZ. 21.00 SUPER POLSAT Nakręcona z rozmachem wizja ataku kosmitów. Inspirację stanowiły wydarzenia z 1942 roku w USA.



Władca Pierścieni: Drużyna Pierścienia

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Śmiało ruszają na niebezpieczną wyprawę, by ocalić świat. Adaptacja powieści J.R.R. Tolkiena.

PIEKŁO W RAJU, mafia w kasynie, powrót agentów ds. nadprzyrodzonych, finał walki o imperium w Teksasie, zwłoki na torfowisku i kolejne śledztwo na Dolnym Śląsku

SERIALE
→

Prezydent Cal Bradford tuż przed śmiercią przekazuje Xavierowi tajne informacje.

PARADISE

THRILLER Pozornie spokojny poranek w Paradise – bunkrze, który ma ocalić grupę wybrańców przed nuklearną zagładą – jest początkiem koszmaru Xaviera Collinsa (Sterling K. Brown), szefa ochrony prezydenta Cala Bradforda (James Marsden). Nie dość, że Collins znajduje prezydenta martwego, to na dodatek dowiaduje się, że był ostatnią osobą, która widziała go

żywego. Wielogodzinne przesłuchania przez służby, testy na wariografie sprawiają, że Collins zaczyna wątpić, czy ktokolwiek uwierzy w jego niewinność. Wkrótce jednak okazuje się, że informacje, jakie przekazał mu przed śmiercią prezydent, mogą być jego kartą przetargową. **JP**

→ **PARADISE CZ 7.05 godz. 22.00 FX**



Kim jest Samantha „Sinatra” Redmond (Julianne Nicholson) i jaką rolę odgrywa w Paradise?



Agent Collins odkrywa istnienie potężnego spisku.



CRÁ. TORFOWISKA

KRYMINALNY Policjant Barry Roche (Alex Murphy) znajduje na torfowisku ciało kobiety. Niebawem okazuje się, że to szczątki zaginionej piętnaście lat temu Sabine Ó Súilleabháin, matki jednego ze stróżów prawa. Przełożeni podejmują natychmiast decyzję o wyłączeniu go ze śledztwa. Conall (Dónall Ó Héalaí) jest wściekły i nie potrafi pogodzić się z tą decyzją, a na dodatek nie zamierza beczynnie przyglądać się działaniom kolegów. Dość niespodziewanie łączy siły z młodą dziennikarką, Ciarą-Kate (Hannah Brady)... Doskonała wiadomość dla wszystkich niecierpliwych – już dziś Ale kino+ pokaże wszystkie sześć odcinków! **HM**

→ **CRÁ. TORFOWISKA ND 3.05 godz. 20.10 ALE KINO+**

Z ARCHIWUM X

OD 1. ODCINKA

SF Nastoletnia Karen biegnie nocą przez las w stanie Oregon. Gdy się przewraca, zbliża się do niej mroczna postać, a chwilę później oboje zostają spowici światłem. Wkrótce ciało dziewczyny zostaje odnalezione przez lokalnych detektywów, którzy na jej plecach dostrzegają dziwne ślady. Tymczasem w Waszyngtonie agentka FBI Dana Scully (Gillian Anderson) zostaje

oddelegowana do pracy z Foxem Mulderem (David Duchovny) w wydziale zajmującym się niewyjaśnionymi zjawiskami. Jej zadaniem jest wykorzystanie wiedzy naukowej, by podważyć teorie Muldera. Nowy partner przedstawia jej dowody w sprawie Karen. **MAM**

→ **Z ARCHIWUM X PO 4.05 godz. 18.20 FX**



Czy rozwiążą zagadkę zniknięcia Karen?

FINAŁ

SYN

OBYCZAJOWY Zbliżamy się do końca sagi potężnego rodu McCullough. Najpierw przenosimy się do roku 1852, kiedy to Komancze przypadkiem spotykają oddział żołnierzy, który składa im dość zaskakującą ofertę. Młody Eli (Jacob Lofland) zmuszony jest dokonać wyboru, który będzie miał wpływ na jego dalsze losy. Tymczasem w roku 1916 stary już Eli (Pierre Brosnan) przygotowuje się do ostatecznej rozgrywki z potężnym koncernem Standard Oil. Nie



Niedoceniany przez ojca Pete chce wreszcie podejmować własne decyzje.

zdaje sobie sprawy, że Pete (Henry Garrett) podejmuje decyzję, od której będą zależeć przyszłe losy rodziny McCullough. Wkrótce dochodzi do nieuniknionej konfrontacji ojca z synem... **EGP**

→ **SYN 2 CZ 7.05 godz. 22.10 TVP 2**



Eli McCullough czuje, że jego rządy dobiegają końca...

PREMIERA

Czy matce uda się odzyskać córkę i nie zbankrutować?

FRANCUSKA RULETKA

KRYMINALNY Renee Le Roux (Michèle Laroque, w środku) prowadzi renomowane kasyno w Nicei. Lokal staje się celem mafii i jej przywódcy, który chce przejąć kontrolę nad interesem. Właścicielka uparcie nie ulega jego żądaniom. Sytuacja się komplikuje, gdy jej córka Agnes (Marie Zabukovec, małe zdj.) nawiązuje znajomość z adwokatem Maurice'em Agneletem (Yan-

nick Choirat, zdj.), który próbuje przez nią dotrzeć do Renee. Gdy nie dostaje upragnionej posady dyrektora kasyna, obmyśla sprytną intrygę finansową, która wpędza panią Le Roux w kłopoty. Na dodatek Agnes znika w tajemniczych okolicznościach. Serial powstał na faktach. **KS**

→ **FRANCUSKA RULETKA ŚR 6.05 godz. 22.55 TVP 2**



POLICJANTKI I POLICJANCI

KRYMINALNY Lena (Alicja Dąbrowska) i Bartosz (Miłosz Błach) jadą do nieprzytomnej seniorki. Córka mówi, że podczas porannej rozmowy telefonicznej usłyszała krzyki i gdy dotarła do domu matki, znalazła ją ranną. Szybko okazuje się, że z mieszkania zniknęła ukryta pod poduszką gotówka. Gdy poszkodowana odzyskuje świadomość, zeznaje, że sprawca miał

kaptur oraz szalik. Dodaje, że o oszczędnościach wiedzieli tylko jej córka i wnuk Daniel. Policjanci ustalają, że chłopak ma problem z narkotykami i już wcześniej dopuszczał się kradzieży. Wkrótce patrol otrzymuje nagłe wezwanie do bójki... **HM**

→ **POLICJANTKI I POLICJANCI WT 5.05 godz. 19.00 TV 4**



Ofiara napadu wyznaje policjantom, kto wiedział, gdzie ukryła oszczędności.

ROZTAŃCZONY KMICIC, walka o tytuł Super Farmera, dużo śpiewania, gotowanie w wiosce Królik Polski i garść dobrej satyry. Ten tydzień nas nie zawiedzie!

Nawet oni nie wiedzą, komu się poszczęści!



FARMA

REALITY SHOW To już koniec czekanania. W emitowanym na żywo finale o tytuł Super Farmera, Złote Widły i nawet 200 tys. zł będą walczyć trzy osoby. Wreszcie dowiemy się, kto poradził sobie najlepiej z wyzwaniami związanymi z życiem na farmie. Przez cały sezon uczestnicy mierzyli się z surową naturą i niełatwymi zadaniami. Przeszli prawdziwą szkołę przetrwania i nawet ci, którzy wydawali się

zahartowani w boju, często mieli pod górkę. O tym, kto sięgnie po zwycięstwo, zdecydują widzowie w głosowaniu na żywo. W pełnym emocji finale nie może zabraknąć siostr Mileny i Ilony Krawczyńskich oraz Marceliny Zawadzkiej, a także Beaty Oleszek i rolnika Szymona Karasia.

MAM

→ **FARMA CZ 7.05 godz. 20.30**
POLSAT



Super Farmer, a może... Farmerka? Kto tym razem zgarnie tytuł najlepszego?



PREMIERA

POTOP

TEATR TELEWIZJI Wydawałoby się, że to niemożliwe, a jednak... Przed nami teatralna wersja „Potopu” Henryka Sienkiewicza (przeniesiona na ekran z Teatru Wybrzeże). Jest to też wersja, w której aktorzy grają, tańczą i śpiewają do muzyki – od disco po techno. Kmicic nie jest tu pomnikiem z brązu, tylko kimś bliskim – człowiekiem, który próbuje zrozumieć, w jakim świecie żyje i co powinien zrobić. I to on prowadzi widza przez różne epoki i światy, pokazując, że historia nie jest zamknięta w przeszłości, ale wciąż żyje w nas i w naszych wyborach. Główne role grają Piotr Witkowski (Kmicic) i Katarzyna Borkowska (Oleńka).

ILE

→ **POTOP PO 4.05 godz. 20.30** **TVP 1**

MAJÓWKA NA MOŁO – ZAKOCHANI W PIOSENCE

KONCERT Majówka to dobra okazja także do spotkań muzycznych, a wyjątkowo atrakcyjnym miejscem może być sopockie molo. Pod warunkiem, że pogoda dopisze. Już w 1956 r., a więc 70 lat temu, pisarz Leopold Tyrmand i wybitny publicysta Stefan Kisielewski otworzyli na molo I Ogólnopolski Festiwal Muzyki Jazzowej w Sopocie. Dlatego w tym roku usłyszymy to, co znamy, czyli lubimy – utwory nawiązu-

jące do polskiej tradycji muzyki rozrywkowej, popularnej i jazzu. Zaśpiewają je, solo lub w duecie, znakomici wokaliści: Ania Rusowicz, Natalia Przybyś, Ewelina Flinta, Maciej Zakościelny i Filip Gurłacz, który ten koncert także poprowadzi.

KS

→ **MAJÓWKA NA MOŁO**
– ZAKOCHANI W PIOSENCE
ND 3.05 godz. 17.15 **TVP 2**



MUST BE THE MUSIC

TALENT SHOW Zanim poznamy zwycięzcę 13. edycji, obejrzymy drugi odcinek półfinału. Choć przez scenę przewinęło się wiele utalentowanych osób, tylko najlepsi – wyróżnieni w trakcie panelu jurorskiego oraz dzięki „dzikim kartom” – powalczą o finał. Czy będzie wśród nich Maryla Modzelan, która zachwyliła wrażliwością i głosem w 6. odcinku? A może Ringo Todorovic, który w 1. odcinku zdobył aż cztery „tak”? Przed Natalią Szroeder, Sebastianem Karpiel-Bułęcką, Dawidem Kwiatkowskim i Mioshem zaprezentuje się szesnastka półfinalistów. Stawką jest awans do wielkiego fina-

łu, 250 tys. złotych i występ na Polsat Hit Festiwal. **MAM**

→ **MUST BE THE MUSIC PT**
8.05 godz. 20.00 POLSAT



Maryla Modzelan zdobyła serca jurorów w 6. odcinku.

PÓŁFINAŁY



Na kogo jury postawi w drugim półfinale?



Problemem w tym odcinku będą trudne relacje między właścicielką a pracownikami.

KUCHENNE REWOLUCJE

REALITY SHOW Podkarpacka wieś o wdzięcznej nazwie Królik Polski liczy niespełna 800 mieszkańców. To właśnie tu Ewa, bohaterka dzisiejszego odcinka, z dała od Krakowa, gdzie prowadzi firmę ochroniarską, otworzyła pensjonat i restaurację Króliczy Ogród. Liczyła, że staną się dla niej bezpiecznym azylem. Szybko przekonała się, że emocje w gastronomicznym

biznesie mogą być gorące niczym wrzątek w czajniku. Restauracja nie przynosi zysków, a na zapleczu rządzi Milena – menedżerka i szefowa kuchni! Pracownicy wytykają Ewie brak doświadczenia, ale czy mają rację? Magda Gessler postanowi rozwiązać tę zagadkę. **MJ**

→ **KUCHENNE REWOLUCJE**
CZ 7.05 godz. 21.30 TVN

BEZ PUDRU...

WIDOWISKO Jeśli nie macie powodów do śmiechu, oglądajcie mecze polskiej reprezentacji albo konferencje prasowe z udziałem różnych polityków... – Tyle że czasem przestaje to być zabawne, prawda? – stwierdza Ewa Błachnio, jedna z prowadzących polsatowski show kabaretowy. I prosi o... zaufanie. Zaufajmy więc satyrykom, bo oni mają najlepsze podejście

do absurdów codzienności. – W rzeczywistości, w której żyjemy, musimy to obśmiać i „spuścić” z tych rosnących balonów powietrze. Może i żyjemy w domu wariatów, ale „w kupie jest zawsze różniej” – dodaje satyryczka i zaprasza do oglądania show. **MP**

→ **BEZ PUDRU, CZYLI KABARET PLUS... ŚR 6.05**
godz. 21.30 POLSAT



Ewa Błachnio i Michał Czernecki stawiają na kabaret sytuacyjny. Rzeczywistość musi zostać przez nich obśmiana i odczarowana.

**ZWIERZĘTA
DŻUNGLI,**
świat kobiecych
szpiegów,
wielka legenda
kolarstwa,
wyjątkowy
i mistrzowski
filmowy duet.

↑ DOKUMENT

LAS KOLORÓW - GÓRY TENASSERIM

BARWY DŻUNGLI Tropikalny las w górach Tenasserim w Tajlandii to miejsce niezwykle. Mieszkają tu gatunki zwierząt znane z innych miejsc na świecie, ale tylko tutaj ich umaszczenie czy upierzenie ma wyjątkowe kolory. Twórcy filmu zastanawiają się, dlaczego mają one tak cudowne barwy, co jest potrzebne, aby je utrzymać w dżungli, i jak te kolory postrzegają same zwierzęta? Podążamy

za dorastającą małą langur. Po drodze spotykamy inne stworzenia: od majestatycznego azjatyckiego słonia i nieuchwytnego niedźwiedzia słonecznego po patyczaki i pająki tkacze. Poznamy ponad 100 gatunków zwierząt i atmosferę dżungli, w której żyją. **MP**

→ **LAS KOLORÓW - GÓRY
TENASSERIM WT 5.05
godz. 12.55 TVP 1**

Niby znamy niedźwiedzie, ale te z Tajlandii mają wyjątkowe wzory na futerku.



Mały langur to symbol tajlandzkiej dżungli.



PASIKOWSKI & LINDA - W CZERWONYM KRĘGU

KULTOWY DUET To opowieść o słynnym reżyserze Władysławie Pasikowskim oraz jego ulubionym aktorze, Bogusławie Lindzie. Ich współpraca rozpoczęła się w 1991 roku filmem „Kroll”, a dalej poszło jeszcze lepiej: „Psy”, „Psy 2. Ostatnia krew”, „Reich” oraz nakręcony 28 lat (!) po pierwszej części „Psy 3. W imię zasad” odniosły spektakularne sukcesy. Ubiegłoroczny „Zamach na papierza” określają jako swój ostatni wspólny projekt. Sylwetki Pasikowskiego i Lindy przybliżają współpracownicy, operator Paweł Edelman, Grażyna Torbicka oraz Roma Gąsiorowska, Zbigniew Zamojski i Artur Żmijewski. **KS**

→ **PASIKOWSKI & LINDA - W CZERWONYM
KRĘGU SO 2.05 godz. 21.30 TVP DOKUMENT**

TAJEMNICE ZAGINIONYCH MIAST

PREMIERA

SKARB KAMBODŻY Dokumentalna seria opowiada o powstaniu i upadku potężnych starożytnych miast, jak np. Angkor, Pompeje, Petra. Na początek przenosimy się do ukrytego w kambodżańskiej dżungli Angkor. W czasach swojej świetności zamieszkiwało je blisko milion ludzi, a jego obszar zajmował ok. tysiąca kilometrów kwadratowych. W sercu metropolii wznosiła się

monumentalna świątynia – największy zabytek religijny na świecie. Zespół naukowców szczegółowo analizuje to miejsce i stara się rzucić nowe światło na początki cywilizacji, która zbudowała Angkor; dokonuje przy tym zdumiewających odkryć. **MP**

→ **TAJEMNICE ZAGINIONYCH MIAST
ND 3.05 godz. 16.10 HISTORY**



PREMIERA

KOBIETY-SZPIEDZY II WOJNY ŚWIATOWEJ

KOBIECA SIŁA Ponoć wojna to męska rzecz. Nic bardziej mylnego. W czasie II wojny światowej kobiety odgrywały kluczową rolę w akcjach wywiadowczych. Działyły za liniami wroga jako kurierki, sabotażystki i analityczki, każdego dnia ryzykując życie. Ich zaangażowanie realnie wpływało na przebieg wojny. Wśród nich była choćby Krystyna Skarbek – Polka na służbie brytyjskiego Kierownictwa Operacji Specjalnych (SOE). Inna to działająca we Francji Australijka Nancy Wake, znana jako „Biała Mysz”. Była jedną z najbardziej poszukiwanych przez Gestapo osób, dowodziła grupą francuskich partyzantów. **MP**



Patrząc na Krystynę Skarbek, naprawdę trudno powiedzieć, że oto widzimy słynnego szpiega.

→ **KOBIETY-SZPIEDZY II WOJNY ŚWIATOWEJ CZ**
7.05 godz. 23.00 FOKUS TV



Swoimi sukcesami mógłby obdzielić cały zastęp kolarzy.

EDDY MERCKX, ZWANY KANIBALEM

MISTRZ DWÓCH KÓŁEK Urodzony w 1945 roku Eddy Merckx to największa gwiazda i legenda kolarstwa. Ten belgijski zawodnik, czterokrotny mistrz świata, przez całą karierę wyróżniał się wszechstronnością i żelazną wolą walki, a z racji swej zaciętości był nazywany Kanibalem. Jego starty na światowych torach i drogach w latach 60. i 70. były pasmem sukcesów. Mer-

ckx to jedyny kolarz w historii, który w jednym roku wygrał trzy główne klasyfikacje Tour de France. W latach 1965-1978 odniósł kilkaset zwycięstw! Te wszystkie wydarzenia pokazują Christophe Hermans i Boris Tilquin, sięgając po bogate archiwalia. **MP**

→ **EDDY MERCKX, ZWANY KANIBALEM SO 2.05**
godz. 23.10 PLANETE+

REKLAMA

KOLAGENCITO

- wspieraj odbudowę organizmu!

Niedobór kolagenu może objawiać się na wiele sposobów. Zmarszczki, matowe i wiotkie włosy, łamliwe paznokcie, cellulit, opadające powieki i policzki, dyskomfort łokci, kolan, bioder, karku, szyi, kręgosłupa, łydek, ścięgien, mięśni i więzadeł, a także kontuzje i wolniejsza rekonwalescencja - to tylko niektóre z nich. Brak odpowiedniego poziomu kolagenu może również prowadzić do trudności trawien-nych, chronicznego zmęczenia, a nawet problemów z układem krążenia. Odbudowę organizmu warto regularnie wspomagać wysokiej jakości, dobroczynnym KolagenCito (ssać dziennie do 3 pastylek)!

Unikatowy KolagenCito niemieckiej firmy Reutter powstał dzięki bogatemu doświadczeniu jej ekspertów i niepowtarzalnym, wysokiej jakości procesom produkcyjnym. KolagenCito jest produktem opatentowanym i masz pewność, że ten produkt jest oryginalny i pochodzi od doświadczonej firmy Reutter. Marka Reutter jest znana od ponad 100 lat! Z KolagenCito staraj się spowalniać oznaki starzenia i wspomagaj jednocześnie swoje samopoczucie oraz kondycję.

Kupisz w aptekach i sklepach zielarskich w korzystnej cenie ok. 44 zł.



DOSTĘPNY W APTEKACH I ZIELARNIACH

JONATAN BRAUT BRUNES jest kuzynem Erlinga Haalanda, snajpera Manchesteru City.

LUKÁS SADÍLEK i Michael Ameyaw wpisali się na listę strzelców w marcowym boju Górnik z Rakowem (3:1).

JAROSŁAW KUBICKI trafił do Zabrza latem 2025 roku z Jagiellonii Białystok.

PUCHAR POLSKI

GÓRNIK – RAKÓW

PRZED NAMI m.in. wielki finał Pucharu Polski, kolejny wyścig F1 oraz turniej z udziałem Biało-Czerwonych na zapleczu hokejowej elity.

PIŁKA NOŻNA Środek majówki to tradycyjny czas meczu o drugie najcenniejsze trofeum w rodzimym futbolu. Mający na koncie sześć Pucharów Polski Górnik czeka na powiększenie swojego stanu posiadania już od 54 lat. Kibice ekipy spod Jasnej Góry nie muszą sięgać pamięcią do tak zamierzczliwych czasów, by przypomnieć sobie ostatni triumf Rakowa w krajowym pucharze. Z zespołem ze Śląska Medaliki zawalczą o trzecie zwycięstwo w rozgrywkach

– dwa poprzednie odnieśli w 2021 oraz 2022 roku. Bardziej spragnieni sukcesu Zabrzańanie uzyskali prawo występu na PGE Narodowym, pokonując: Legię II Warszawa (3:0), Arkę Gdynia (2:1), Lechię Gdańsk (3:1), Lecha Poznań (1:0) oraz Zawiszę Bydgoszcz (1:0). Do finałowej potyczki z Rakowem podejają, mając nad nim psychologiczną przewagę. W bieżącym sezonie Ekstraklasy ograli go 1:0 i 3:1. Znalazienie sposobu na Trójkolorowych będzie ważnym testem dla Łukasza Tomczyka. Były

trener Polonii Bytom w grudniu 2025 roku zastąpił u steru Rakowa Marka Papszuna, czyli ojca największych sukcesów w historii Czerwononiebieskich. Na razie 37-latek przeciętnie wywiązuje się ze swojej roli, a włodarze klubu z Częstochowy nie ukrywają, że są rozczarowani grą zespołu pod jego wodzą. Prawdopodobnie 2 maja Tomczyk zawalczy więc o swoją posadę.

→ **GÓRNIK – RAKÓW SO 2.05**
godz. 15.50 TVP 1

KIMI ANTONELLI zastąpił w Mercedesie Lewisa Hamiltona.



GRAND PRIX MIAMI

FORMUŁA 1 Dotychczasowy przebieg sezonu wskazuje na to, że rozstrzygnięcie rywalizacji o zwycięstwo w USA będzie wewnętrzną sprawą kierowców Mercedesu. Liderującym w klasyfikacji generalnej Kimiemu Antonellemu, triumfatorowi wyścigów w Chinach i Japonii, depcze po piętach George Russell, który zainaugurował tegoroczną kampanię wygraną w GP Australii. Na torze w Miami kolegów z niemieckiej stajni może pogodzić Charles Leclerc. Monakijczyk i Lewis Hamilton jak na razie znajdują się na dobrej drodze do tego, by przywrócić Ferrari dawny blask.

→ **GRAND PRIX MIAMI ND 3.05 godz. 21.55**
ELEVEN SPORTS 1

MŚ SZTAFET – GABORONE 2026

LEKKOATLETYKA Dzięki dobremu występowi w stolicy Botswany biegacze już teraz mogą zapewnić sobie przepustkę do najważniejszej imprezy przyszłorocznego sezonu, czyli mistrzostw świata w Pekinie. Taka stawka sprawia, że krajowe związki wysyłają do Afryki naszpikowane gwiazdami zespoły. O wysoki poziom rywalizacji zadba między innymi polska delegacja, która ma w planach zdobyć czterech kwalifikacji – w tradycyjnych sztafetach kobiet i mężczyzn oraz mieszanych na dystansach 100 i 400 metrów. Wyznaczone cele postarają się zrealizować przede wszystkim nasi niedawni bohaterowie halowego czempionatu globu w Toruniu, wśród nich Justyna Święty-Ersetic, Pia Skrzyszowska i Natalia Bukowiecka, a także Marcin Karolewski oraz Kajetan Duszyński.

→ **MŚ SZTAFET – GABORONE 2026**
SO 2.05 godz. 14.00 TVP SPORT



NATALIA BUKOWIECKA to była mistrzyni olimpijska w sztafecie mieszanej 4x400 metrów.

POLSKA – UKRAINA

HOKEJ Biało-Czerwoni przystąpią do czempionatu w Sosnowcu z zamiarem wywalczenia awansu do hokejowej elity. Wypadli z niej w 2024 roku, gdy podczas turnieju w Czechach przegrali wszystkie mecze. Ulegli wtedy m.in. Francji i Kazachstanowi. Okazja do rewanżu na tych drużynach nadarzy się już w maju. Oprócz Trójkolorowych (ND godz. 19.25 Polsat Sport 1) i zespołu z Azji (WT 19.25 Polsat Sport 1) przeszkodzą Polakom w powrocie do światowej czołówki spróbują: Ukraińcy, Japończycy (CZ godz. 19.25 Polsat Sport 1) i Litwini (PT godz. 19.25 Polsat Sport 1). Najwyższej stoją akcje ekip, które rok temu spadły

z elity: Francuzów i Kazachów. Polacy mogą jednak zaskoczyć faworytów. Grają na własnym terenie, a do tego są naładowani pozytywną energią przez nowego trenera, Pekkę Tirkkonena. Dla Fina będzie to pierwszy poważny test w roli selekcjonera. Prowadzący także GKS Tychy szkoleniowiec liczy na to, że Mazurek Dąbrowskiego podczas MŚ dywizji 1A będzie odgrywany nie tylko przed spotkaniami kadry. W hokejowych rozgrywkach reprezentacji po meczach wybrzmiewa bowiem hymn zwycięskiej drużyny.

→ **POLSKA – UKRAINA SO 2.05 godz. 19.25 POLSAT SPORT 1**



MŚ DYWIZJI 1A

UKRAIŃCY dali się we znaki Polakom w ostatnich meczach. Pokonali ich kolejno 4:1 i 4:2.



JONAS VINGEGAARD ma w dorobku triumf w Tour de Pologne.

GIRO D'ITALIA

KOLARSTWO Uczestnicy Corsa Rosa czwarty rok z rzędu, i ósmy w historii, przekonują się, że wszystkie drogi prowadzą do Rzymu. 109. edycja wyścigu zostanie zainaugurowana w Bułgarii, a 12 maja przeniesie się na teren Półwyspu Apenińskiego. Dotarcie do Wiecznego Miasta zajmie kolarzom nieco ponad trzy tygodnie, podczas których pokonają

oni dystans 3459 km. Podzielone na 21. etapów wyzwanie podejmie m.in. Jonas Vingegaard. Duńczyk jest głównym kandydatem do triumfu w Giro d'Italia. Debiut we włoskim tourze spróbują mu popsuć tacy rywale jak Richard Carapaz, Jai Hindley czy Adam Yates.

→ **GIRO D'ITALIA PT 8.05 godz. 12.30 EUROSPORT 1**

LIGA MISTRZÓW

ARSENAL – ATLÉTICO

PIŁKA NOŻNA Kanonierzy otrzymali niedawno mocny cios od Manchesteru City w walce o mistrzostwo Anglii (1:2). Z kolei Rojiblancos musieli przełknąć gorycz porażki z Realem Sociedad w meczu decydującym o losie Pucharu Króla. W przypadku obu ekip awans do finału Ligi Mistrzów byłby krokiem do powetowania sobie rozczarowań na krajowym podwórku. Zwycięzca

angielsko-hiszpańskiego dwumeczu 30 maja w Budapeszcie zmierzy się z Bayernem lub broniącym tytułu PSG. Zobaczymy, czy w rewanżowym starciu z Die Roten (SR godz. 20.55 C+ Extra 1) Paryżanie spiszą się lepiej niż Real Madryt, który w ćwierćfinale przegrał na Allianz Arenie 3:4.

→ **ARSENAL – ATLÉTICO WT 5.05 godz. 20.55 C+ EXTRA 1**

EBERECHI EZE rozgrywa swój pierwszy sezon w Arsenalu.



TYDZIEŃ SPORTU NA ŻYWO

TRANSMISJE OD SOBOTY 2 DO PIĄTKU 8 MAJA Zaplanuj z nami cały tydzień sportowych emocji!

PIŁKA NOŻNA

PKO BP EKSTRAKLASA

SO Motor Lublin – Lech Poznań
20.10 CANAL+ SPORT 3
ND GKS Katowice – Termalica
12.10 CANAL+ SPORT 3; CANAL+ 360
ND KGHM Zagłębie Lubin – Cracovia
14.40 CANAL+ SPORT 3
ND Pogoń Szczecin – Wisła Płock
17.25 CANAL+ PREMIUM; CANAL+ SPORT 3
PO Radomiak Radom – Lechia Gdańsk
18.55 CANAL+ SPORT 3; CANAL+ SPORT 5
PT Raków Częstochowa – Korona
17.55 CANAL+ SPORT 3
PT Lech Poznań – Arka Gdynia
20.25 CANAL+ SPORT 3

BETCLIC 1. LIGA

SO Miedź Legnica – FKS Stal Mielec
19.25 TVP 3
ND Ruch Chorzów – Odra Opole
14.25 TVP POLONIA
ND Stal Rzeszów – Wisła Kraków
20.10 TVP SPORT
PO Polonia Bytom – Polonia Warszawa
17.55 TVP SPORT
CZ ŁKS Łódź – Pogoń Grodzisk Maz.
17.55 TVP SPORT
PT Wisła Kraków – Chrobry Głogów
20.55 TVP SPORT

BETCLIC 2. LIGA

ND Sandecja Nowy Sącz – Podhale
11.55 TVP SPORT
ND Chojniczanka – Olimpia Grudziądz
19.25 TVP 3

STS PUCHAR POLSKI

SO Górnik Zabrze – Raków Częstochowa HIT
15.50 TVP 1; TVP POLONIA



PREMIER LEAGUE

SO Aston Villa FC – Tottenham Hotspur
13.25 CANAL+ EXTRA 1
Cash
SO Newcastle United FC – Brighton & Hove Albion FC
15.55 CANAL+ EXTRA 3
SO AFC Bournemouth – Crystal Palace
15.55 CANAL+ EXTRA 5
SO Wolverhampton – Sunderland AFC
15.55 CANAL+ EXTRA 6
SO Brentford FC – West Ham United FC
15.55 CANAL+ EXTRA 1
SO Arsenal FC – Fulham FC
18.25 CANAL+ EXTRA 1
ND Manchester United FC – Liverpool
16.25 CANAL+ EXTRA 1
PO Chelsea FC – Nottingham Forest FC
15.55 CANAL+ EXTRA 1
PO Everton FC – Manchester City FC
20.55 CANAL+ EXTRA 1

LIGUE 1

SO Paris Saint-Germain – FC Lorient
16.55 ELEVEN SPORTS 4
SO OGC Nice – RC Lens
21.00 ELEVEN SPORTS 4
ND Lille OSC – Le Havre AC
14.55 ELEVEN SPORTS 3
ND Olympique Lyon – Stade Rennais
20.40 ELEVEN SPORTS 4

BUNDESLIGA

SO FC Bayern Monachium – 1. FC Heidenheim
15.20 ELEVEN SPORTS 2
SO Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk
18.20 ELEVEN SPORTS 3
ND FC St. Pauli – 1. FSV Mainz 05
15.25 ELEVEN SPORTS 2
Polonia Dźwigata, Pyrka
ND Borussia Mönchengladbach – Borussia Dortmund
17.20 ELEVEN SPORTS 3

2. BUNDESLIGA

SO Dynamo Drezno – Kaiserslautern
12.55 ELEVEN SPORTS 3
SO DSC Arminia Bielefeld – VfL Bochum
12.55 ELEVEN SPORTS 1
ND SV 07 Elversberg – SC Paderborn 07
13.25 ELEVEN SPORTS 4
Polonia Poreba
ND 1. FC Magdeburg – Hertha BSC
13.25 ELEVEN SPORTS 2
Polonia Żukowski, Stalmach
Polonia Kownacki, Karbownik

SERIE A

SO Udinese Calcio – Torino FC
14.55 ELEVEN SPORTS 4
Polonia Piotrowski, Buksa
SO Como 1907 – SSC Napoli
17.55 ELEVEN SPORTS 2
SO Atalanta BC – Genoa CFC
20.40 ELEVEN SPORTS 3
Polonia Zalewski
ND Bologna FC – Cagliari Calcio
12.25 ELEVEN SPORTS 1
ND US Sassuolo Calcio – AC Milan
14.55 ELEVEN SPORTS 1
Polonia Walukiewicz
ND Juventus FC – Hellas Verona
17.55 ELEVEN SPORTS 2
ND Inter Mediolan – Parma Calcio 1913
20.40 ELEVEN SPORTS 2
Polonia Zieliński
PO US Cremonese – SS Lazio
18.25 ELEVEN SPORTS 1
PO AS Roma – ACF Fiorentina
20.40 ELEVEN SPORTS 1
Polonia Ziółkowski

LA LIGA

SO Valencia CF – Atletico Madryt
16.10 ELEVEN SPORTS 3
SO CA Osasuna – FC Barcelona
20.55 CANAL+ SPORT
Polonia Lewandowski, Szczęsny
ND Celta Vigo – Elche CF
13.55 CANAL+ SPORT
ND Real Betis Balompie – Real Oviedo
18.25 ELEVEN SPORTS 4

ND RCD Espanyol – Real Madryt CF
20.55 ELEVEN SPORTS 3
PO Sevilla FC – Real Sociedad
20.55 CANAL+ SPORT

PRIMEIRA LIGA

SO FC Famalicao – SL Benfica
18.55 ELEVEN SPORTS 4
SO FC Porto – FC Alverca
21.25 ELEVEN SPORTS 2
Polonia Bednarek, Kiwior, Pietuszczyński
PO Sporting CP – Vitoria SC
21.10 ELEVEN SPORTS 2

LIGA MISTRZÓW UEFA

WT Rewanżowy mecz półfinałowy
20.55 TVP 1
WT Arsenal FC – Atletico Madryt
20.55 CANAL+ EXTRA 1
SR FC Bayern Monachium – Paris Saint-Germain
20.55 CANAL+ EXTRA 1

INNE DYSCYPLINY

FORMUŁA 1

SO GP Miami	ELEVEN SPORTS 1
17.55 Sprint	
SO GP Miami	ELEVEN SPORTS 1
21.55 Sesja kwalifikacyjna	
ND GP Miami	ELEVEN SPORTS 1
21.55 Wyciąg	

FUTSAL

SR FOGO Futsal Ekstraklasa	TVP SPORT
17.55 Mecz fazy play-off	

HOKEJ

SO MS Dywizji 1A – Sosnowiec 2026	POLSAT SPORT 1
19.25 Mecz: Polska – Ukraina	HIT



SO NHL	TVP SPORT
2.05 Mecz fazy play-off	
ND MS Dywizji 1A – Sosnowiec 2026	POLSAT SPORT 1
19.25 Mecz: Francja – Polska	
WT MS Dywizji 1A – Sosnowiec 2026	POLSAT SPORT 1
15.55 Mecz: Francja – Ukraina	
WT MS Dywizji 1A – Sosnowiec 2026	POLSAT SPORT 1
19.25 Mecz: Kazachstan – Polska	
CZ MS Dywizji 1A – Sosnowiec 2026	POLSAT SPORT 1
15.55 Mecz: Ukraina – Kazachstan	
CZ MS Dywizji 1A – Sosnowiec 2026	POLSAT SPORT 1
19.25 Mecz: Japonia – Polska	
PT MS Dywizji 1A – Sosnowiec 2026	POLSAT SPORT 1
15.55 Mecz: Ukraina – Japonia	
PT MS Dywizji 1A – Sosnowiec 2026	POLSAT SPORT 1
19.25 Mecz: Polska – Litwa	

KOLARSTWO

SO Wyścig dookoła Turcji
EUROSPORT 2

10.30 7. etap

Reprezentanci Polski

SO Tour de Romandie
EUROSPORT 2

14.00 4. etap

Reprezentanci Polski

ND Wyścig dookoła Turcji

EUROSPORT 2

10.30 8. etap

Reprezentanci Polski

ND Tour de Romandie
EUROSPORT 2

14.30 5. etap

Reprezentanci Polski

PT Giro d'Italia
EUROSPORT 1

12.30 1. etap: Nesebyr – Burgas

KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN

SO ORLEN Basket Liga
POLSAT SPORT 3

17.25 Mecz: Trefl – Śląk

ND ORLEN Basket Liga

POLSAT SPORT 1

12.25 Mecz: Zastal – Śląsk Wrocław

ND NBA
TVP SPORT

23.00 Mecz fazy play-off

CZ Final Four LM
TVP SPORT

20.55 Półfinał: Unicaja Malaga – AEK BC

LEKKOATLETYKA

SO Mistrzostwa świata sztafet
– Gaborone 2026
TVP SPORT

14.00 1. dzień

Reprezentanci Polski

ND Mistrzostwa świata sztafet
– Gaborone 2026
TVP SPORT

14.00 2. dzień

Reprezentanci Polski

PIŁKA NOŻNA KOBIEC

SO ORLEN Ekstraliga
TVP SPORT

11.55 Mecz: Pogoń – Czarni Sosnowiec

WT Mistrzostwa Europy U-17
– Wyspy Owcze
TVP SPORT

15.55 Mecz: Francja – Polska

PT Mistrzostwa Europy U-17
– Wyspy Owcze
TVP SPORT

18.55 Mecz: Finlandia – Polska

PIŁKA RĘCZNA KOBIEC

SO ORLEN Superliga Kobiet
POLSAT SPORT 3

15.00 Mecz: Piotrcovia – MKS Lublin

PIŁKA RĘCZNA MĘŻCZYZN

ND ORLEN Superliga
POLSAT SPORT 3

12.30 Mecz półfinałowy fazy play-off

PO ORLEN Superliga
POLSAT SPORT 1

20.30 Mecz półfinałowy fazy play-off

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

SO PlusLiga
POLSAT SPORT 1

14.30 Mecz finałowy: Aluron CMC Warta

Zawiercie – Bogdanka LUK Lublin

ND PLS 1. liga
POLSAT SPORT 2

12.30 2. mecz finałowy fazy play-off

ND PlusLiga
POLSAT SPORT 1

14.30 Mecz o 3. miejsce: PGE Projekt

Warszawa – Resovia Rzeszów

WT PLS 1. liga
POLSAT SPORT 2

19.45 3 mecz finałowy fazy play-off

SR PlusLiga
POLSAT SPORT 1

17.15 Mecz o 3. miejsce: Asseco Resovia

Rzeszów – PGE Projekt Warszawa

SR PlusLiga
POLSAT SPORT 1

19.45 Mecz finałowy: Bogdanka LUK

Lublin – Warta Zawiercie

SNOOKER

SO MŚ w Sheffield
EUROSPORT 1

19.30 Mecz półfinałowy

ND MŚ w Sheffield
EUROSPORT 1

19.30 Mecz finałowy

PO MŚ w Sheffield
EUROSPORT 1

19.30 Mecz finałowy

TENIS

SO Turniej WTA w Madrycie
CANAL+ SPORT 2

17.00 Mecz finałowy gry pojedynczej

ND Turniej ATP w Madrycie
POLSAT SPORT 3

17.00 Mecz finałowy gry pojedynczej

WT Turniej WTA w Rzymie
CANAL+ SPORT 2

11.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

SR Turniej ATP w Rzymie
POLSAT SPORT 1

11.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

SR Turniej WTA w Rzymie
CANAL+ SPORT 2

11.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej ATP w Rzymie
POLSAT SPORT 2

11.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej WTA w Rzymie
CANAL+ SPORT 2

11.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

PT Turniej ATP w Rzymie
POLSAT SPORT 2

11.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

PT Turniej WTA w Rzymie
CANAL+ SPORT 2

11.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

PT Turniej ATP w Rzymie
POLSAT SPORT 2

11.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

PT Turniej WTA w Rzymie
CANAL+ SPORT 2

11.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

PT Turniej ATP w Rzymie
CANAL+ SPORT 2

11.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

PT Turniej WTA w Rzymie
CANAL+ SPORT 2

11.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

ZUŻEL

SO Metalkas 2. Ekstraliga
CANAL+ SPORT 5

13.30 Mecz: PSŻ Poznań – Orzet Łódź

ND Metalkas 2. Ekstraliga
CANAL+ SPORT 5

15.00 Mecz: Wilki Krosno – Polonia Pita

ND PGE Ekstraliga
CANAL+ SPORT

16.45 Mecz: KS Toruń – GKM Grudziądz

ND PGE Ekstraliga
CANAL+ SPORT

19.15 Mecz: Sparta – Unia Leszno

PT PGE Ekstraliga
CANAL+ SPORT; CANAL+ SPORT 5

17.30 Mecz: KS Toruń – Falubaz

PT PGE Ekstraliga
CANAL+ SPORT

20.00 Mecz: GKM Grudziądz – Unia

Irytujący
szum w uszach?

Teraz w końcu doceniam ciszę...

Jan jest na emeryturze. Obecnie wraz z żoną jest pochłonięty odnawianiem mieszkania, w wolnym czasie chodzi na ryby i gra w siatkówkę.

„Problemy z uszami zaczęły się jakiś czas temu. Często miałem wrażenie, że jestem w centrum głośnego miasta, podczas gdy znajdowałem się na wiejskiej łące. Zaniedbałem ochronę moich uszu.” – powiedział Jan.

STONE™ POTĘGA SŁUCHU

Po rozpoczęciu przyjmowania tabletek **Tone**, Jan zauważył różnicę. Lepiej słyszał ponieważ **Tone** zawiera ekstrakt z miłorzębu japońskiego, który przyczynia się do poprawy słuchu. Czasem, kiedy jest zmęczony lub zdenerwowany, słyszy tylko lekki szum w uszach.

DOCENIĆ CISZĘ

„Teraz w końcu mogę docenić ciszę.” – powiedział Jan.

„Czuję ten szczególny spokój, jak nad morzem o wschodzie słońca. Również reklamy przestały być dla mnie irytujące i za głośnie, jak wcześniej.”

– stwierdził Jan, chwając **Tone!**



Milorzáb

Wyprodukowany w Skandynawii suplement diety **Tone**, zawiera **naturalne składniki: minerały, witaminy oraz wyciągi roślinne, a zwłaszcza miłorzáb** pomagający w prawidłowym funkcjonowaniu ucha wewnętrznego. O słuch możemy zadbać poprawiając mikrokrążenie w uchu wewnętrznym oraz utrzymując równowagę elektrolitów – zdolność organizmu do przewodzenia impulsów elektrycznych, szczególnie istotną dla słuchu.



Ucho wewnętrzne

Produkt Roku 2024 wg ŚWIATA FARMACJI

w kategorii „Preparaty wspierające słuch”
na podstawie ankiety przeprowadzonej wśród farmaceutów

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

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

Kod **BLOZ 8255901**
ułatwi zamówienie produktu.



www.newnordic.pl
tel.: +48 22 212 54 10

New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.





SERIAL KRYMINALNY

KASZTANOWY LUDZIK 2

Kiedy bliscy 41-letniej mieszkanki Kopenhagi zgłaszają jej zaginięcie, wychodzi na jaw, że kobieta od miesięcy była prześladowana. Anonimowy stalker śledził każdy krok swojej ofiary, wysyłając jej zdjęcia, nagrania oraz prowadząc z nią niebezpieczną grę w kotka i myszkę. Finał poszukiwań jest

tragiczny – zaginiona zostaje znaleziona martwa. Śledztwo obejmują detektyw Mark Hess (Mikkel Boe Følsgaard) i Nia Thulin (Danica Ćurčić), którzy ustalają, że sprawa ma związek ze śmiercią licealistki sprzed dwóch lat.

NETFLIX → PREMIERA 7.05



KRYMINALNY

LISTY SYCYLIJSKIE

Sycylia, początek XXI wieku. Lokalny polityk i nauczyciel, Catello Palumbo (Toni Servillo), wychodzi z więzienia po odsiedzeniu wyroku za współpracę z mafią. Wkrótce włoska policja prosi go o pomoc w schwyтaniu jednego z najgroźniejszych bossów sycylijskiej mafii, będącego zarazem jego chrześniakiem. Palumbo nawiązuje kontakt z ukrywającym się Matteo (Elio Germano) i składa mu pewną propozycję. Film oparty jest na prawdziwej historii sfa sycylijskiej cosa nostra – Matteo Messiny Denaro, który pozostawał nieuchwytny przez 30 lat.

CANAL+ → JUŻ DOSTĘPNY



REALITY SHOW

LOVE IS BLIND POLSKA

Czy prawdziwa miłość rzeczywiście jest ślepa? Na to pytanie odpowiedzą po raz pierwszy Polacy, bo popularny program randkowy doczekał się właśnie polskiej edycji. W tym miłosnym eksperymencie, który poprowadzą Zofia Zborowska-Wrona i Andrzej Wrona, uczestnicy wybierają partnerów i zaręczają się na podstawie



DRAMAT

NIEZWYKŁE SZLACHETNE STWORZENIA

Od śmierci męża Tova Sullivan (Sally Field) stara się odnaleźć radość życia. Kiedy pewnego dnia pracująca w lokalnym akwarium kobieta zaprzyjaźnia się z gigantyczną ośmiornicą z Pacyfiku, wokół niej wszystko zaczyna się zmieniać. Czy to możliwe, że stworzenie znane jako Marcellus wie coś na temat zaginionego przed laty syna Tovy? Wszystko to zbiega się w czasie z przybyciem do miasteczka młodego mężczyzny (Lewis Pullman), który twierdzi, że pragnie odnaleźć bliskich. Wzruszający film jest ekranizacją bestselleru Shelby Van Pelt.

NETFLIX → PREMIERA 8.05



SERIAL THRILLER

THE TRIBUTE

Adolfo Novak (Eusebio Poncela) obchodzi 80. urodziny. Patriarcha jednego z najbardziej wpływowych rodów w Hiszpanii postanawia z tej okazji urządzić huczne przyjęcie. Ale kiedy w jednym miejscu, w tym samym czasie gromadzą się krewni, przyjaciele, współpracownicy, a także rywale Novaka, niewiele trzeba, aby doszło do skandalu. Wznosząc uroczyste toasty i przesyłając serdeczne uśmiechy, uczestnicy przyjęcia dowiadują się, że wkrótce ukaże się autobiografia Novaka, w której ujawni liczne sekrety. I wybucha panika.

sky SHOWTIME → JUŻ DOSTĘPNY



SERIAL KRYMINALNY

LEGENDY

Wczesne lata 90. XX wieku w Wielkiej Brytanii to czas zaciętej walki z gigantyczną falą przemytu narkotyków, zalewającą rynek mimo wysiłków służb mundurowych. Kiedy urząd celno-skarbowy staje się coraz bardziej bezradny wobec działań przemytników, decyduje się na nietypowe rozwiązanie. Z grona pracowników zostaje wyłoniona specjalna grupa celników, którzy po przeszkoleniu dostają za zadanie przeniknąć w strukturę gangów narkotykowych i rozbić je od środka. W opartym na faktach serialu występują m.in Tom Burke i Steve Coogan.

NETFLIX → PREMIERA 7.05



KOMEDIA ROMANTYCZNA

NO PLACE TO BE A SINGLE

Idealityczne toskańskie miasteczko w regionie Chianti sprzyja miłości. Niemal wszyscy mieszkańcy Belvedere albo są w długoletnich związkach, albo właśnie zaczynają się z kimś spotykać. Wyjątkiem jest Elisa (Matilde Gioli), samotna matka prowadząca winnicę Le Giugiole. Jednak gdy do Belvedere wraca jej przyjaciel z dzieciństwa, życie Elsy wywraca się do góry nogami. Michele (Cristiano Caccamo), którego nie widziała od wielu lat, na nowo rozbudza w niej dawno uspionie uczucia. Film jest adaptacją bestsellera Felicii Kingsley.

prime video → PREMIERA 8.05

SERIAL THRILLER

NIEWYBRANI



Życie Rosie (Molly Windsor) kręci się wokół dzieci, męża (Asa Butterfield) oraz skrajnie radykalnej wspólnoty religijnej. Spędzając każdy dzień wśród tych samych ludzi, odizolowanych na angielskiej prowincji kobieta nie ma już nadziei na odmianę losu. Gdy pewnego dnia poznaje zbiegłego przestępcę, który szuka schronienia (Fra Fee), wiele się zmienia. Z jednej strony Rosie zaczyna wierzyć, że może odzyskać wolność i żyć inaczej, z drugiej – zdaje sobie sprawę, jak wiele ryzykuje, działając za plecami męża i wspólnoty.

NETFLIX → JUŻ DOSTĘPNY

KOMEDIODRAMAT

RODZINA DO WYNAJĘCIA

Amerykański aktor mieszkający w Tokio, Phillip (Brendan Fraser), wciąż czeka na rolę życia. Ale jego pokazna postura sprawia, że z kolejnych castingów wychodzi z niczym. W swoim artystycznym dorobku ma tylko kilka reklam i rolę w „Madame Butterfly”. Aby zarobić na utrzymanie, zdesperowany Phillip dołącza do agencji świadczącej dość nietypowe usługi wynajmu osób. Okazuje się, że w Japonii jest ogromne zapotrzebowanie na brakujących uczestników różnego rodzaju ceremonii – od ślubów, przez chrzciny, urodziny, imprezy firmowe, aż po pogrzeby.

→ JUŻ DOSTĘPNY



WESTERN

EDDINGTON

Kiedy z powodu pandemii burmistrz miasteczka Eddington w Nowym Meksyku, Ted Garcia (Pedro Pascal), wprowadza lockdown i specjalne procedury bezpieczeństwa, wybuchają bunt. Wśród przeciwników obostrzeń i noszenia maseczek jest m.in. szeryf Joe Cross (Joaquin Phoenix). Jego zdaniem nakazy ograniczają wolność wyboru, co doprowadza Garcję do białej gorączki. Sytuacja się zaostrza, gdy okazuje się, że Joe zamierza kandydować na burmistrza i rywalizować z Garcją – w Eddington dochodzi do rozłamów na dwie frakcje i politycznej wojny o wszystko.

skySHOWTIME → JUŻ DOSTĘPNY



CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ? CZYTAJ NETFILM



20.55 → **Nastoletni Franek jest rozdarty między lojalnością wobec Lisieckich a ojczymem, który przez cały czas go prześladowuje.**
TVP 2

M jak miłość

OBYCZAJOWY PO Bliscy wspierają Pawła, wciąż będącym w złym stanie. Szczególnie troszczy się o niego Agnes, która pomaga w opiece nad Antosiem. Lipiński zaprasza Natalię na kawę. Proponuje jej poprowadzenie zajęć dla uczniów o bezpieczeństwie na drodze. Ojczym zmusza Franka do spotkania. **WT** Bartek próbuje wymóc na Franku, by wyznał, z kim spotkał się w nocy nad rzeką. Sfrustrowany chłopak podejmuje ryzykowną decyzję. Ucieka z domu i po raz kolejny okrada Lisieckich. Natalia ogłasza Child Alert. Wczorajem w Siedlisiku pojawia się uzbrojony w Sitek...

HD POLSKA 2026 ▶ 60 min



17.55 **Klan**
TVP 1 **TELENOWELA**

PO Leszek próbuje wjechać na posesję Rutki, ale blokuje go auto Zbigniewa, który czeka na Judyte. Dochodzi do nieprzyjemnej wymiany zdań **WT** Miłka odmawia wyjazdu do Brukseli na ślub ojca. Ola skarży się siostrze na wizytację kuratorską, podczas której pies zranił jej nogę. **SR** W biurze Jerzy opowiada o ataku na konto Lutki, która straciła pieniądze, a ich odzyskanie wydaje się mało prawdopodobne. **CZ** Paweł proponuje kolegom rozpoczęcie sezonu golfowego. Skoczek chce do nich dołączyć. **PT** Zdjęcie Kornela i Ostrej okazuje się atrakcją wernisażu Panki Hajdukiewicz. Ula postanawia interweniować.

HD POLSKA 2026 ▶ 25 min



18.00 **Pierwsza miłość**
POLSAT **OBYCZAJOWY**

PO Jurek przytępuje narzeczoną na kłamstwie. Kalina szuka dowodów, które oczyściłyby ją z zarzutu odpowiedzialności za katastrofę. **WT** Angelika ma zacząć pracę w sklepie jubilerskim. Ktoś ją uprowadza, zanim udaje jej się dotrzeć do wynajętego mieszkania. **SR** Eliza oświadcza mężowi, że od niego odchodzi. On zaś informuje ją o porwaniu córki. Kibole żądają dwóch milionów złotych. **CZ** Darek podpuszcza kibiców, by rozprawili się z Bolesławem. Chce wykorzystać Elizę jako przynętę. **PT** Policjanci poszukujący Angeliki słyszą u Olszewskich huk wystrzału. Znajdują Bolesława w kałuży krwi.

HD POLSKA 2026 ▶ 50 min

DEPRESJA ZDUŃSKIEGO

Paweł wciąż nie może dojść do siebie po stracie żony. Rodzina stara się podtrzymać go na duchu.



20.00 **Rodzinka.pl**
TVP 2 **KOMEDIOWY**

SO Tomek jest świadkiem awantury pomiędzy Kubą i Sonią. Postanawia opowiedzieć się po stronie brata. Kacper staje się po-wiernikiem tajemnicy Majki. Jan wpada w odwiedziny do starych i młodych Boskich. Ma dla zięcia propozycję nie do odrzucenia.

HD POLSKA 2026 ▶ 30 min



20.25 **Komisarz Alex 25**
TVP 1 **KRYMINALNY**

SO Jan Godecki, trzydziestoletni trener osobisty i instruktor fitness, zostaje odnaleziony martwy w siłowni. Leon odkrywa nietypowy sposób, w jaki dokonano zabójstwa, a policjanci rozpoczynają dochodzenie. Śledztwo utrudnia duża liczba podejrzanych.

HD POLSKA 2026 ▶ 110 min



18.20 **Pan Mama**
TVP 2 **KOMEDIOWY**

ND W rodzinie dochodzi do buntu – dzieci nie zamierzają zajmować się codziennymi obowiązkami domowymi. Chcą zdobyć środki na opłacenie profesjonalnej sprzą-taczki. Miras i Bruno rozkręcają nowy biznes. Przekształcają pokój nastolatka w komórkę lokatorską.

HD POLSKA 2026 ▶ 35 min



16.50 **Szpital św. Anny**
TVN **OBYCZAJOWY**

PO-PT Pacjenci i personel onkologii publikują w sieci apel o ocalenie oddziału. Irena odwiedza córkę w szpitalu. Mija się z Krzysztofem, który też chciałby porozmawiać z Darią. Wroński nie wie, co robić, gdyż Bursztyn go odrzuciła. Radzi się Zyty.

HD POLSKA 2026 ▶ 65 min

NIE PRZEGAP!



20.25 **Wojna zastępcza**
TVP 1 **SZPIEGOWSKI**

ND Artur i Sadowski odkrywają, że niedawna afery polityczna jest przykrywką dla operacji zagranicznego wywiadu. By zneutralizować zagrożenie, Budyr przenika w szeregi grupy przemytniczej.

HD POLSKA 2025 ▶ 60 min



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

KRYMINALNY PO Dochodzi do zabójstwa przedsiębiorcy z branży technologicznej. Zespół rozpoczyna śledztwo, które prowadzi go do świata psychodelików. Trop wiedzie do Jake'a Cooleya.

HD USA 2022 ▶ 55 min



21.05 **Rekrut 8**
AXN **KRYMINALNY**

WT Po przeniesieniu Greya Tim obejmuje funkcję dowódcy zmiany. Lucy wraca na dzienną służbę jako przełożona. Nolan zostaje oficerem szkoleniowym Milesa przed wizytą prezydenta w L.A.

HD USA 2026 ▶ 60 min



20.30 **Powrót**
TVP 1 **KOMEDIOWY**

PT Małżeństwo Kostka i Malwiny przechodzi kryzys. Mężczyzna chce wziąć udział w indiańskim rytuale. Opowiada Janowi, że narkotyk, który zamierza zażyć, pomaga otworzyć świadomość.

HD POLSKA 2022 ▶ 60 min



18.20 Zaraz wracam 2

TVP 1 **OBYCZAJOWY**

PO Krystyna ogłasza stan alarmowy z powodu zagrożenia powodziowego. Forsuje uchwałę, która otwiera drogę do wydobycia kruszywa. **WT** Anna kończy swój reportaż na temat przewinień Bilskiego. Ofiary nieoczekiwanie wycofują autoryzacje swoich wypowiedzi. **SR** Udalski okrada matkę, a pod wpływem alkoholu ją atakuje. Sonia, wspierana przez Ewę i Grażynkę, nie chce wracać do domu. **CZ** Związek Tomka i Zosi staje się coraz poważniejszy. W domu Udalskich dochodzi do awantury. **PT** Ewa i Sonia organizują spotkanie dla ofiar Bilskiego, podczas którego będzie wyświetlany reportaż Anny.

HD POLSKA 2025 ▶ 35 min



20.05 Barwy szczęścia

TVP 2 **OBYCZAJOWY**

PO Agata zauważa, że zniknęły zdjęcia, które miała przestać ubezpieczycielowi. Hubert może przez to nie otrzymać odszkodowania. **WT** Ewa planuje zaprosić Romea do swojego domu na święta. Chce uchronić go w ten sposób przed wspólną wigilią z Alekssem. **SR** Kasia oferuje Mariuszowi pomoc finansową, ale on odrzuca jej propozycję. Decyduje się na sprzedaż części swojej ziemi. **CZ** Grzelakowie próbują pogodzić Aleksa i Romea. Pierwszy nagle znika i wraca późnym wieczorem pijany. **PT** Borys ulega namowom stałego klienta sklepu i popełnia błąd. Romeo wręcza Ewie pierścionek zaręczynowy.

HD POLSKA 2026 ▶ 35 min



20.15 Na Wspólnej

TVN **OBYCZAJOWY**

PO Policja aresztuje Damiana pod zarzutem pedofilii. Kasia zastawia pułapkę na Łukasza chcącego wyłudzić 100 tysięcy złotych. Julka po rozstaniu z Kosmą szuka pocieszenia u Leona. **WT** Monika prosi Weronikę o pomoc prawną. Damian zostaje pobity w areszcie, kiedy współwięźniowie dowiadują się, o co został on oskarżony. **SR** Junior widzi Elizę całującą się z trenerem. Sławek tropi osobę, która mogła wykraść telefon Damiana. Monika prosi Igora o pomoc. **CZ** W dniu premiery szkolnego przedstawienia Junior jest opryskliwy wobec Elizy. Gdy na widowni pojawia się Bartek, rzuca się on na trenera.

HD POLSKA 2026 ▶ 35 min



21.55 Na sygnale

TVP 2 **FABULAR.-DOKUM.**

PO Zespół doktora Lisickiego pomaga osobom z objawami niedotlenienia. Anna i Romek wspierają niemą Alicję w ośrodku dla ofiar przemocy. Ekipa Karoliny transportuje pacjentkę na szczyt. **WT** Ratownicy pod wodzą doktor Reiter udzielają pomocy aktorowi, który niedawno oskarżył o pobicie Różę. Chcą sprytnie wykorzystać to, że zatrut się alkoholem. Góra zostaje gwiazdą internetu. **SR** Sonia i Britney zajmują się dwiema ofiarami ulicznej awantury. U mężczyzny doszło do uszkodzenia kręgosłupa szyjnego, a dziewczynia krwawi z nosa. Wiktor namawia Czarka do powrotu na studia.

HD POLSKA 2026 ▶ 60 min



19.00 Policjantki i Policjanci

TV 4 **OBYCZAJOWY**

PO-PT Mikołaj i Miłosz badają sprawę porwania Niny, do którego doszło podczas przymiaru sukni ślubnej. Lena i Bartosz jadą do nieprzytomnej seniorki. Z jej mieszkania zniknęła ukryta gotówka. O oszczędnościach wiedzieli córka i wnuc.

HD POLSKA 2026 ▶ 60 min



19.00 Lombard. Życie pod zastaw 18

TV PULS **OBYCZAJOWY**

PO-PT Perkusista Janek Brylak naraża się sąsiadom. Niebawem zostaje zamordowany. W śledztwo angażuje się Filomena. Mariola, Bogdan i Monika coraz bardziej niepokoją się zachowaniem Andżeliki. Wkrótce znika ona z małym Igorkiem.

HD POLSKA 2026 ▶ 60 min



20.00 Uroczysko

TV 4 **KRYMINALNY**

PO-CZ Kacper Piotrowski, trzykrotnie żonaty z coraz młodszymi kobietami, przeżywa dramat po śmierci jedenastoletniego syna. Policjanci z Uroczyska badają sprawę wyglądającą na wypadek. Filip dostrzega tajemniczą plamę o podejrzanym zapachu.

HD POLSKA 2026 ▶ 30 min



20.30 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny

TV 4 **KRYMINALNY**

PO-CZ Podczas bankietu dla pracowników banku w toalecie znaleziono martwego dyrektora. Sprawca zadał mu cios ceremonialnym mieczem. Ciało dwunastoletniej Amelki Skiby zostaje odkryte w rzece. Sekcja wskazuje na uduszenie.

HD POLSKA 2026 ▶ 60 min



21.30 Sprawiedliwi. Trójmiasto

TV 4 **KRYMINALNY**

PO-CZ Wiktor i Maja badają zabójstwo hodowcy gołębi. Patrycja i Maksym zajmują się sprawą porwania dla okupu osiemnastoletniej Ilony. Jej rodzice otrzymują nagranie.

HD POLSKA 2026 ▶ 70 min



22.00 Dzielnica strachu 10

PULS 2 **KRYMINALNY**

PO-CZ Z pozoru zwykła ucieczka młodych ludzi przed policyjnym patrolem zamienia się w dramatyczną walkę o życie. Dziennikarka pada ofiarą ataku. Podejrzana jest bezdomna.

HD POLSKA 2025-2026 ▶ 60 min



20.55 Na dobre i na złe

TVP 2 **OBYCZAJOWY**

SR Agata bierze urlop, aby w spokoju zająć się przygotowaniem pokoju dla Mani. Planuje również spotkanie z kuratorką. Liczy, że dowie się czegoś więcej o autystycznym bracie dziewczynki.

HD POLSKA 2026 ▶ 60 min



21.20 Ojciec Mateusz 35

TVP 1 **KRYMINALNY**

CZ Amanda planuje otwarcie placówki łączącej funkcje domu dziecka i domu spokojnej starości. Mateusz nawiązuje kontakt z filantropką. Pod drzwiami rezydencji zostaje podrzucone niemowlę.

HD POLSKA 2026 ▶ 60 min

Warto zobaczyć

12.55
TV 4
Kod nieśmiertelności
THRILLER SF Żołnierz tropi sprawcę zamachu na pociąg. Dzięki nowej technologii może wnikać w ciała pasażerów na ostatnie minuty ich życia. Reż.: Duncan Jones, A: Jake Gyllenhaal, Michelle Monaghan USA/Francja 2011 120 min ► do godz. 14.55

15.40
TVN
Rodzina od zaraz
KOMEDIA Pete i Ellie przycarniają trójkę rodzeństwa. Chcą stworzyć dziecinny prawdziwy dom. Nie ułatwia im tego zbuntowana nastoletnia Lizzy. Reż.: Sean Anders, A: Mark Wahlberg, Rose Byrne, Isabela Moner USA 2018 140 min ► do godz. 18.00

16.40
POLSAT
Serce nie służy
KOMEDIA ROMANTYCZNA Filip i Daria postanowili, że pobiorą się, jeśli do trzydziestki nie znajdą partnerów. Nadchodzi czas spełnienia obietnicy. Reż.: Filip Zylber, A: Roma Gąsiorowska, Paweł Domagała Polska 2018 130 min ► do godz. 18.50

17.55
TVN 7
Blueback
OBYCZAJOWY Pasjonatka nurkowania Abby i jej mama podejmują walkę o ocalenie rafy koralowej, której zagraża działalność człowieka. Reż.: Robert Connolly, A: Mia Wasikowska, Albert Mwangi, Ariel Donoghue Australia 2022 125 min ► do godz. 20.00

18.00
POLSAT FILM
Marsjanin
SCIENCE FICTION Człowiekowie kosmicznej ekspedycji muszą się pilnie ewakuować. Uznany za martwego Mark zostaje porzucony na Marsie. Reż.: Ridley Scott, A: Matt Damon, Jessica Chastain, Kristen Wiig USA/Wlk. Bryt. 2015 180 min ► do godz. 21.00

19.30
TVP KOBIEȘA
Miłość, ślub i inne nieszczęścia
KOMEDIA ROMANTYCZNA Przygotowania do ślubu bostońskiego polityka stają się tłem kilku miłosnych historii. Reż.: Dennis Dugan, A: Maggie Grace, Diane Keaton, Jeremy Irons USA 2020 115 min ► do godz. 21.15

20.00
TVN 7
Lara Croft Tomb Raider: Kolebka życia
PRZYGODOWY Nieustraszona archeolog Lara poszukuje starożytnego artefaktu. Od jej misji zależy los ludzkości. Reż.: Jan de Bont, A: Angelina Jolie, Gerard Butler, Ciaron Hinds USA/Niemcy 2003 145 min ► do godz. 22.25

21.00
C+ PREMIUM
Uciekinier
SCIENCE FICTION Ben bierze udział w brutalnym reality show, w którym stawka jest jego życie. Staje się symbolem walki z nieludzkim systemem. Reż.: Edgar Wright, A: Glen Powell, Josh Brolin, Jayme Lawson, Lee Pace Wlk. Bryt./USA 2025 130 min ► do godz. 23.10

→ filmowe hity



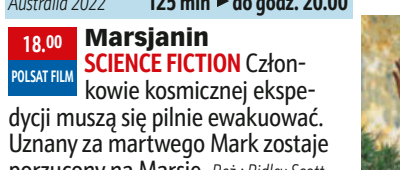
Generał szykuje rebelię. Lawiruje wśród nielicznych sojuszników i tropiących go wrogów.



22.15
TVP 1
Kos
HISTORYCZNY Słynny dowódca usiłuje wzniecić powstanie w rozdartej zaborami ojczyźnie.



HIT DNIA Rok 1794. Do kraju wraca Tadeusz „Kos” Kościuszko, uczestnik wojny o niepodległość USA. Stara się zmobilizować do walki przeciw Rosji zarówno szlachtę, jak i prostych chłopów. Ze zgrozą oraz rozczarowaniem patrzy na ignorancję i okrucieństwo tych, którzy powinni być elitą społeczeństwa.



20.00
TV PULS
Twierdza
THRILLER Zbuntowany generał przejmuje kontrolę nad więzieniem Alcatraz. Grozi atakiem rakietowym na San Francisco. Ekspert od broni chemicznej (Nicolas Cage) i dawny agent (Sean Connery) muszą go powstrzymać. Reż.: Michael Bay Wyst.: Ed Harris USA 1996 170 min ► do godz. 22.50



22.25
TVN 7
Super 8
THRILLER SF Rok 1979. Joe (Joel Courtney) i jego koledzy są świadkami katastrofy kolejowej. Wkrótce w okolicy dochodzi do zaginięć. Policjant Jackson Lamb (Kyle Chandler) ustala, że ma to związek z wypadkiem. Reż.: J.J. Abrams Wyst.: Elle Fanning USA 2011 140 min ► do godz. 0.45



Jego tropem podąża bezlitosny rotmistrz Iwan Dunin. Gdy Kościuszko krąży po nękaną przez zaborców Polskę, Ignac, nieślubny syn szlachcica wychowywany w ubogiej chacie, kradnie testament zmarłego ojca. Ucieka wraz z dokumentem, który ma zapewnić mu wolność. Ściga go okrutny brat, Stanisław, który

nie zamierza uznawać praw bękartą. Losy wszystkich splatają się w domu sojuszniczki powstańców, pułkownikowej Marii Giżyńskiej. Z każdą godziną atmosfera jest coraz bardziej napięta. **HD 125 min ► do godz. 0.20**



22.00
POLSAT
Psy 3. W imię zasad
SENSACYJNY Franz Maurer (Bogusław Linda) po latach opuszcza więzienie. Spotyka dawnego znajomego, który poszukuje syna. Byli policjanci partnerzy wpadają na trop kryminalnej intrygi. Reż.: Władysław Pasikowski Wyst.: Jan Frycz Polska 2020 170 min ► do godz. 0.50



22.20
TVN
Imprezowi rodzice
KOMEDIA Nancy (Salma Hayek) i Frank (Alec Baldwin) uchodzą za typową parę z bogatych przedmieść. Tak naprawdę są jednak bez grosza. By zdobyć gotówkę, postanawiają pod nieobecność sąsiada wynająć jego dom. Reż.: Fred Wolf Wyst.: Treat Williams USA 2019 115 min ► do godz. 0.15



22.50
TV PULS
Człowiek w ogniu
SENSACYJNY Były zabójca na zlecenie, Creasy (Denzel Washington), zostaje ochroniarzem dziesięcioletniej córki meksykańskiego przemysłowca. Kiedy bandyci porywają dziewczynkę, za wszelką cenę pragnie ją uratować. Reż.: Tony Scott Wyst.: Dakota Fanning USA 2004 185 min ► do godz. 1.55



23.45
TVP 2
Co się zdarzyło w Las Vegas
KOMEDIA ROMANTYCZNA Po szalonej nocy w mieście grzechu Joy (Cameron Diaz) i Jack (Ashton Kutcher) uświadamiają sobie, że wzięli ślub. Chcą się rozwieść. Sytuację komplikuje wygrana w kasynie. Reż.: Tom Vaughan Wyst.: Zach Galifianakis USA 2008 100 min ► do godz. 1.25

→ sport



15.50 **Górnik Zabrze – Raków**
TVP 1 **PIŁKA NOŻNA LIVE** Zespół ze Śląska zagra w finale Pucharu Polski po raz pierwszy od 2001 roku. Na PGE Narodowym w Warszawie zmierzy się z ekipą Medalików, która w ostatnich pięciu latach zdobyła trofeum dwukrotnie. **HD 180 min ▶ do godz. 18.40**



19.25 **Polska – Ukraina**
POLSAT SPORT 1 **HOKEJ LIVE** Pierwszy mecz Biało-Czerwonych w MŚ dywizji 1A. Awans do elity wywalczą dwie z sześciu drużyn rywalizujących w turnieju, którego areną jest Stadion Zimowy w Sosnowcu. **HD 155 min ▶ do godz. 22.00**



20.10 **Motor Lublin – Lech Poznań**
C+ SPORT 3 **PIŁKA NOŻNA LIVE** Podopieczni Mateusza Stolarzkiego wiosną pokonali Zagłębie Lubin i zremisowali z Rakowem i Górnikiem. Czy zatrzymają też głównego kandydata na mistrza Polski? **HD 125 min ▶ do godz. 22.15**



20.55 **Osasuna – FC Barcelona**
C+ SPORT **PIŁKA NOŻNA LIVE** Poprzednia wizyta Barcy w Pamplonie zakończyła się jej porażką 2:4. Za jej przegraną w tym meczu kciuki trzymają nie tylko fani Osasuny, ale także piłkarze Realu Madryt. **HD 130 min ▶ do godz. 23.05**

→ rozrywka



11.40 **Ewa gotuje**
POLSAT **KULINARIA** Ewa Wachowicz zaprasza na wiosennego grilla. Przygotowania zacznie od sałatki z mango, awokado i borówek. Jako danie główne poda greckie szaszłyki. Nie zabraknie deseru – na stole pojawią się domowy budyń i dwukolorowe ciasto, nazywane zebra. **HD 35 min ▶ do godz. 12.15**



19.45 **Mam talent!**
TVN **TALENT SHOW** Już za tydzień okaże się, kto wygra 17. edycję programu. Pewne miejsce w finale mają między innymi Liza i Dina, Marcelina Runewicz, Piotr Iwanicki i Pati Alen oraz Milena Tarsarska. Kto dołączy do nich tego wieczoru? **HD 155 min ▶ do godz. 22.20**



21.00 **Wielkie projekty: Szwecja 5**
C+ DOMO **LIFESTYLE** Mark Isitt spotka się z parą, która buduje dom nad jeziorem Siljan. Minimalistyczny budynek z dużymi oknami ma być wkomponowany w pagórkowatą działkę. Od początku nie brak problemów. **HD 60 min ▶ do godz. 22.00**

→ dokument



10.05 **Sean Connery kontra James Bond**
TVP KULTURA **BIOGRAFIA** Portret wybitnego aktora, któremu sławę przyniosła rola agenta 007. Nie chciał on być z nią jednak utożsamiany. Dokument ukazuje jego bogaty dorobek. **HD 65 min ▶ do godz. 11.10**

ULGA DLA ZMĘCZONYCH I CIĘŻKICH NÓG

MIAŁAM TRUDNOŚCI PRZY WSTAWANIU Z ŁÓŻKA



Alice ma 72 lata, jest już na emeryturze. *„Bardzo lubię spacerować, ale jakiś czas temu zaczęłam odczuwać ból w stopach. Znajoma specjalistka refleksologii, poleciła mi preparat Active Legs™. Wypróbowałam go i to odmieniło moje codzienne życie!”*

Dlaczego Active Legs jest tak skuteczny

Produkowany w Szwecji suplement diety w tabletkach **Active Legs** wspiera funkcjonowanie żył i naczyń krwionośnych. Zawarte w nim bioaktywne składniki pomagają zmniejszyć uczucie zmęczonych nóg po długim staniu lub siedzeniu. Ekstrakt z liści winorośli redukuje uczucie ciężkich nóg i wspiera pracę żył, kora sosny morskiej poprawia krążenie, a witamina C wspomaga produkcję kolagenu, który jest ważny dla funkcjonowania naczyń krwionośnych.

Wszystko zaczęło się od tego, że w nocy odczuwałam bóle nóg, co utrudniało mi sen, a rano wstawanie z łóżka. Po jakimś czasie ta dolegliwość zaczęła mi doskwierać przez cały czas, a kiedy wracałam do domu ze spaceru, byłam całkowicie wyczerpana. Nogi były opuchnięte, a stopy obolałe. Postanowiłam udać się po pomoc do refleksologa.

Rada refleksologa

Poddałam się kilku zabiegom u Hanne, która w trakcie wizyty dała mi skandynawskie tabletki **Active Legs**, mówiąc: *„Przyjmuj przez jakiś czas jedną tabletkę dziennie i powiedz mi potem co o tym myślisz”*. Nigdy nie miałam wielkich oczekiwań jeśli chodzi o suplementy, ale ufam Hanne, więc zrobiłam, jak mi doradziła. Byłam gotowa zrobić wszystko, aby przywrócić prawidłowe funkcjonowanie nóg – mówi Alice.

Rano z przyjemnością wstaję z łóżka

Muszę przyznać, że dzięki tabletkom **Active Legs**, stanęłam na nogi. Śpię całą noc, a rano bez kłopotu wstaję z łóżka i codziennie wychodzę na spacer. To poprawia mój nastrój.



BEZPIECZEŃSTWO I SKUTECZNOŚĆ

Naukowcy przeprowadzili z pozytywnym skutkiem ponad 200 badań naturalnych substancji roślinnych zawartych w korze sosny. W ich efekcie potwierdzono działanie wspierające prawidłowe funkcjonowanie żył i naczyń włosowatych.

ZAPYTAJ O ACTIVE LEGS™ SKANDYNAWSKIEJ FIRMY NEW NORDIC

Dostępny w aptekach i na www.newnordic.pl w opakowaniach zawierających 30 tabletek. W przypadku braku może być zamówiony specjalnie dla Ciebie przez farmaceutę. **Kod BŁOZ 3348161 ułatwi zamówienie produktu.**



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

Ulga dla zmęczonych i ciężkich nóg!



TVP 1 HD DV3 T2

- 6.20 Balans bieli** – program religijny
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.40 Rok w ogrodzie (1163) – magazyn
8.05 Rok w ogrodzie extra (436) – magazyn
8.20 Pełnosprawni (650) – magazyn dla niepełnosprawnych
8.50 Ranczo 2 (19): Rozwód z miłości – serial obyczajowy, Polska 2007
9.55 Komisarz Alex 3 (28): Bilet do śmierci – serial kryminalny, Polska 2013
10.55 Ojciec Mateusz 10 (132): Radar – serial kryminalny, Polska 2013
11.50 Ogniem i mieczem (3, 4-ost.) – serial historyczny, Polska 1999
14.15 Domowe patenty 2 (2) – magazyn poradnikowy
14.25 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny
14.55 Sanatorium miłości 8 (8) – reality show
15.50 Piłka nożna: STS Puchar Polski LIVE – 1. połowa meczu finałowego: Górnik Zabrze – Raków Częstochowa
16.50 Teleexpress
17.00 Piłka nożna: STS Puchar Polski LIVE – 2. połowa meczu finałowego: Górnik Zabrze – Raków Częstochowa
18.40 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicystyczny
20.05 Sport, pogoda

TVP 2 HD DV3 T2

- 5.25 Barwy szczęścia** (3367, 3368) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.35 M jak miłość (1928) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Górna półka smaku (1) – magazyn kulinarny
12.10 W poszukiwaniu dobrego filmu – magazyn filmowy
12.45 Kolekcja – cykl felietonów
13.05 Panna młoda (85) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.00 Familiada – teleturniej
14.35 Koło fortuny (1817) – teleturniej
15.15 Szansa na sukces. Opole 2026 2 (8): Poparzeni Kawą Trzy – widowisko Wokaliści wykonują największe przeboje formacji – „Kawałek do tańca”, „Okrutna, zła i podła” czy „Byłaś dla mnie wszystkim”.
16.20 Na dobre i na złe (991): Moja Nemezis – serial obyczajowy, Polska 2026
17.20 Panna młoda (86) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Wszyscy intensywnie poszukują zaginionej Bezy. Niespodziewanie okazuje się, że Hancer potajemnie spotyka się z dziewczyną za plecami Cihana.
18.15 Va banque (954) – teleturniej
18.50 Słowo na niedzielę
19.00 Informacje kulturalne
19.25 Wydarzenia
Rodzinka.pl (309): Babie Doly – serial komediowy, Polska 2026
20.00 Rodzinka.pl (310): Supermoce – serial komediowy, Polska 2026

polsat HD DV3 T2

- 4.40 Disco Gramy**
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.00 halo tv polsat – magazyn
11.40 Ewa gotuje (570) – magazyn kulinarny
12.15 Karate Kid 2 – film przygodowy, USA 1986, reż. John G. Avildsen, wyk. Ralph Macchio, Noriyuki „Pat” Morita, Yuji Okumoto, Danny Kamekoma, 155 min
Mistrz karate Miyagi odwiedza na Okinawie umierającego ojca. Towarzyszy mu uczeń, Daniel LaRusso, który zakochuje się w Kumiko. Jego mentor także odnajduje dawną wybrankę. Przed laty z jej powodu poróżnił się z przyjacielem.
14.50 Shrek – film animowany, USA 2001, reż. Andrew Adamson, 110 min
16.40 Serce nie sługa – komedia romantyczna, Polska 2018, reż. Filip Zylber, wyk. Roma Gąsiorowska, Paweł Domagała, Magdalena Rózczyka, Mateusz Damięcki, 130 min
Beztrocki Filip dochodzi do wniosku, że chciałby zmienić swoje postępowanie. Przypomina przyjaciółce Darii ich obietnicę sprzed lat. Poprzyścięgli sobie, że jeśli do 30. roku życia nie założą rodziny, wezmą ślub. Zaskakujące wydarzenie krzyżuje plany pary.
18.50 Wydarzenia
19.15 Prezydenci i premierzy (449) – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

tvn HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1625) – serial paradokmalny, Polska 2024
6.50 Kuchenne rewolucje (9): Zielona Góra – Hot Italian Pizza – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.35 Na Wspólnej (4201-4204) – serial obyczajowy, Polska 2026
13.35 Dennis rozrabia – komedia, USA 1993, reż. Nick Castle, wyk. Walter Matthau, Mason Gamble, Joan Plowright, Christopher Lloyd, 125 min
Sześćdziesięcioletni urwis przebywa pod opieką sąsiada. Tymczasem dom starszego pana próbuje obrabować złodziej. Musi on zmierzyć się ze sprytnym malcem.
15.40 Rodzina od zaraz – komedia, USA 2018, reż. Sean Anders, wyk. Mark Wahlberg, Rose Byrne, Isabela Moner, Octavia Spencer, 140 min
Pete i Ellie przygarniają trójkę rodzeństwa. Pragną stworzyć dzieciom prawdziwy dom i zbudować z nimi dobrą relację. Okazuje się to wyzwaniem.
18.00 Kuchenne rewolucje (8): Poznań – Bistro Brejk – program rozrywkowy
Trzech przyjaciół i kucharzy z rodzinami spełniło marzenie o własnej restauracji. Szybko przekonali się, że talent kulinarny to za mało, by przyciągnąć gości.
19.00 Fakty
19.25 Mam talent – prosto ze sceny (4) – program rozrywkowy
19.30 Sport, pogoda

20 KRYMINALNY



20.25 Komisarz Alex 25 (315, 316): Trup w szafie – Polska 2026

Trener osobisty zostaje odnaleziony martwy w swojej siłowni. Śledztwo utrudnia duża liczba podejrzanych. Niebawem pewien mężczyzna podczas bieganina natrafia na plamę krwi. Policja odkrywa, że ślady mogą być związane z zaginionym przedsiębiorcą.

22.15 Hit na sobotę: Kos – dramat historyczny, Niemcy/Szwecja/Polska 2023, reż. Paweł Maślona, wyk. Jacek Braciak, Bartosz Bielenia, Jason Mitchell, Robert Więckiewicz, 125 min

0.20 Gdzie jesteś, Amando? – dramat kryminalny, USA 2007, reż. Ben Affleck, wyk. Casey Affleck, Michelle Monaghan, Madeline O'Brien, Morgan Freeman, 115 min

2.15 Zołza – komedia, Polska 2022, reż. Tomasz Konecki, wyk. Małgorzata Kożuchowska, Artur Żmijewski, Anna Dymna, Leon Charewicz, 100 min

3.55 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
4.40 Zakończenie

WIDOWISKO



20.30 The Voice Kids 9 (15): Bitwa; Bitwa Sing Off

Jako ostatni do „Bitew” przystępują członkowie drużyny Tribbsa. Między innymi są to: Magnus Karczewski, Nikola Sowińska i Maja Stawecka. Trener podzieli uczestników na trzysobowe zespoły. Z każdego z nich do kolejnego etapu przejdzie tylko jeden młody wokalista. W Sing Offach szóстка zaważczy o udział w finale, śpiewając utwory z „Przesłuchań z ciemno”.

22.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (9) – talk-show
23.45 Kino relaks: Co się zdarzyło w Las Vegas – komedia romantyczna, USA 2008, reż. Tom Vaughan, wyk. Cameron Diaz, Ashton Kutcher, Rob Corddry, Lake Bell, 100 min

1.25 Uciekający pociąg – dramat sensacyjny, USA/Izrael 1985, reż. Andriej Konczalowski, wyk. Jon Voight, Eric Roberts, Kyle T. Heffner, John P. Ryan, 110 min

3.15 Akacja 38 – telenowela, Hiszpania 2015
4.05 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025

ROZRYWKOWY



19.55 Kabaret na żywo. Chyba Czesuaf (172)

Olga Łasak oraz inni znakomici satyrycy ponownie przyjrzą się pamiętnym lekturom szkolnym, które odczytają na nowo. Nie zabraknie też serwisu informacyjnego. W „Sektorze prezydenckim” kamery będą gościć w najważniejszym gabinecie w Polsce.

22.00 Psy 3. W imię zasad – film sensacyjny, Polska 2020, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Bogusław Linda, Marcin Dorociński, Cezary Pazura, Jan Frycz, 170 min
Po wyjściu z więzienia Franzowi Maurerowi trudno odnaleźć się w nowej rzeczywistości. Wkrótce jego losy znów łączą się z Nowym. Dawni partnerzy wpadają na trop kryminalnej intrygi.

0.50 Nie zadzieraj z fryzjerem – komedia, USA 2008, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, John Turturro, Emmanuelle Chriqui, Nick Swardson, 140 min

3.10 Świat według Kiepskich (561, 562) – serial komediowy, Polska 2019-2020

ROZRYWKOWY



19.45 Mam talent! (11)

To już ostatni odcinek przed wielkim finałem. Okaze się, kto dokładnie wystąpi na scenie w kolejnym tygodniu. Pierwszy półfinał wygrała Marcelina Runewicz, która oczarowała wszystkich swoim głosem. Drugie miejsce zajęli Pati Alen i Piotr Iwanicki.

22.20 Imprezowi rodzice – komedia, USA 2019, reż. Fred Wolf, wyk. Alec Baldwin, Salma Hayek, Jim Gaffigan, Joe Manganiello, 115 min

0.15 Amnezja – thriller, USA/Niemcy 2004, reż. Philip Kaufman, wyk. Ashley Judd, Samuel L. Jackson, Andy Garcia, David Strathairn, Titus Welliver, 120 min

2.15 Szpital św. Anny (81) – serial obyczajowy, Polska 2026

3.00 Uwaga! – magazyn reporterów
3.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (15, 16) – serial kryminalny, USA/Kanada 2011

4.45 Jak to jest zrobione? (26) – serial dokumentalny, Kanada 2013

5.10 Nauka jazdy 5 (11) – program rozrywkowy

TVN 7 HD DVBT2

TV PULS HD DVBT2

PULS 2 HD DVBT2

NETFLIX

- 5.10 Szkoła (619)** – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 6.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2 (6)** – program rozrywkowy
- 7.00 Królik Bugs: Nowe konstrukcje (33, 34)** – serial animowany, USA 2022
- 7.30 Batman** – film przygodowy, USA/Wielka Brytania 1989, reż. Tim Burton, wyk. Michael Keaton, Jack Nicholson, Kim Basinger, Pat Hingle, 150 min Gotham City rządzi przemoc. Pokonać bandytów może jedynie miliardier Bruce Wayne w przebraniu Człowieka Nietoperze. Jego największym wrogiem jest Joker, który knuje złowrogi plan wymierzony przeciwko mieszkańcom miasta.
- 10.00 Ukryta prawda (1200, 1192-1195)** – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 15.00 Detektywi (295-297): Jan i Jana; Po trupach; Rodzina Królów** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 17.55 Blueback** – dramat obyczajowy, Australia 2022, reż. Robert Connolly, wyk. Mia Wasikowska, Albert Mwangi, Ariel Donoghue, Radha Mitchell, 125 min Abby, zapalona miłośniczka nurkowania, od dzieciństwa przyjaźni się z niebieskim gruperem. Wraz z matką podejmuje walkę o ochronę rafy koralowej, której zagraża rozwój bezwzględny biznesu.

- 6.00 Kobra – oddział specjalny (8-10): Umarli nie wracają; Ciemna strona – część 1 i 2** – serial sens., Niemcy 2014 Diler narkotykowy ucieka przed Semirem i jego partnerem. Wygląda on jak Spike, dawny współpracownik Alexa, przez którego komisarz spędził dwa lata w więzieniu. Brand uświadamia sobie, że mógł zostać wrobiony. Semir chce pomóc koledze.
- 9.00 Taki jest świat 11 (18, 17)** – program informacyjny Anna Bogusiewicz podsumowuje kluczowe wydarzenia minionego tygodnia z kraju i ze świata. Wyjaśnia, jak wpływają na codzienne życie Polaków, co pozwala znacznie lepiej zrozumieć bieżącą sytuację.
- 10.00 Lombard. Życie pod zastaw 13 (699-703)** – serial obyczajowy, Polska 2023 Pracownik sanepidu, Adam Sterylski, ma problemy z alkoholem. Pewnego dnia przychodzi do niego restaurator, rozgoryczony tym, że zamknięto jego lokal. Alicja ma dla Barskiego ważną wiadomość.
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (990-994)** – serial obyczajowy, Polska 2026 Marcelina niedługo rodzi. Ojciec dziecka nie interesuje się ich losem. Kobieta postanawia udawać partnerkę przyjaciela geja, Tomka. Mistyfikacja się komplikuje. Ziutek planuje wyjazd w Bieszczady.

- 6.00 Marta mówi 2 (9)** – serial animowany, USA/Kanada/Filipiny 2009-2010
- 6.35 Smerfy (104, 105)** – serial animowany, Belgia 1988
- 7.35 Kacze opowieści (36, 41)** – serial animowany, USA 1987
- 8.40 Asterix i Kleopatra** – film animowany, Francja/Belgia 1968, reż. René Goscinny, 85 min
- 10.05 Niezgaszalni** – film animowany, Francja/Kanada 2022, reż. Laurent Zeitoun, 110 min
- 11.55 Boso przez świat: Wenezuela** – boso, ale w ostrogach; Największa łąka świata; Walki kogutów – cykl reportaży, Polska 2009
- 13.40 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (4, 5)** – program rozrywkowy
- 15.40 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Diabeł z trzema złotymi włosami** – baśń filmowa, Niemcy 2013, reż. Maria von Heland, wyk. Jakob Gierszał, Thomas Sarbacher, André Hennicke, Benjamin-Lew Klon, Wilfried Pucher, 75 min
- 16.55 Cudowna studnia** – baśń filmowa, Włochy/USA 2023, reż. Vlad Marsavin, wyk. Carrie Fisher, Rita Ora, Kiera Milward, Nell Tiger Free, 125 min Zaniebdywana przez rodziców Violet trafia do innego świata. Na miejscu spotyka wiedźmę Hazel, która opowiada jej o czarowanej krainie. By wrócić do domu, dziewczynka musi spełnić jeden warunek.

**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 nocnym klubie. Choć przebywało tam blisko 300 osób, nikt nie wie, co się z nim stało.

►serial krym. (8 odc.), Chile 2026

**TEŚCIOWIE 3**

W ośrodku wypoczynkowym, który lata świetności ma już za sobą, Wanda i Tadeusz (Adam Woronowicz) organizują chrzciny wnuka. Atmosfera na uroczystości bardzo szybko się zmienia, a dawne konflikty i nowe romanse prowadzą do zaskakujących konsekwencji. Muszą interweniować policja i straż pożarna.

►komedia, Polska 2025; 90 min

PRZYGODOWY**20.00 Lara Croft Tomb Raider: Kolebka życia** – USA/Niemcy/Japonia 2003, 145 min

Nieustraszona podróżniczka Lara ma odnaleźć mityczną puszkę Pandory. Tajemniczy przedmiot ukryty jest w afrykańskim buszu. Interesuje się nim również doktor Reiss. Zamierza on wykorzystać bezcenny artefakt do produkcji broni biologicznej.

22.25 Super 8 – thriller s.f., USA 2011, reż. J.J. Abrams, wyk. Joel Courtney, Jessica Tuck, Joel McKinnon Miller, Ryan Lee, 140 min

0.45 Ukryta gra – film sensacyjny, Polska/USA 2019, reż. Łukasz Kościński, wyk. Bill Pullman, Lotte Verbeek, James Bloor, Robert Więckiewicz, 115 min

2.40 Żyjąc z potworem 6 (14) – serial dokumentalny, USA 2021

3.30 Usterka 11 (25) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

4.05 Fachowcy (1) – serial paradokumentalny, Polska 2017

4.40 Dorota was urządził! (5) – program rozrywkowy

THRILLER**20.00 Mocne sobotnie kino: Twierdza** – USA 1996, 170 min

General Hummel z grupą podwładnych opanowuje wyspę, na której znajduje się więzienie Alcatraz, obecnie atrakcja turystyczna. Chce wymusić na rządzie wypłatę odszkodowań dla rodzin żołnierzy poległych w tajnych akcjach. Grozi, że wystrzeli w kierunku San Francisco rakietę z gazem. Rząd wysyła na wyspę komandosów i eksperta od broni chemicznej Goodspeeda.

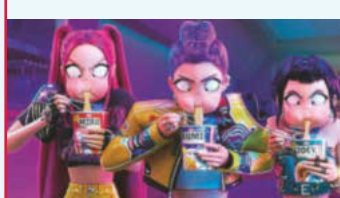
22.50 Człowiek w ogniu – dramat sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2004, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington, Christopher Walken, Dakota Fanning, Marc Anthony, 185 min Były zabójca John Creasy zostaje ochroniarzem 10-letniej Pity, córki przemyślowca. Gdy bandyci poryjają dziewczynkę, postanawia ją uratować.**1.55 Raport Pelikana** – film sensacyjny, USA 1993, reż. Alan J. Pakula, wyk. Denzel Washington, Julia Roberts, Sam Shepard, John Heard, 185 min**5.00 Zobacz to!** – pr. powtórkowe**ANIMOWANY****19.00 Dwanaście prac Asteriksa** – Francja 1976, 110 min

Pięćdziesiąt lat przed Chrystusem niemal cała Galia należy do Rzymian. Wiątek stanowi mała wioska, której mieszkańcy dzielnie odpierają ataki okupanta. Juliusz Cezar proponuje im układ. Jeśli wykonają wskazane przez niego prace, zostaną panami Rzymu.

20.50 Planeta singli 3 – komedia romantyczna, Polska 2019, reż. Sam Akina, wyk. Agnieszka Wiedłocha, Maciej Stuh, Danuta Stenka, Maria Pakulnis, 125 min**22.55 Towarzysze broni** – film wojenny, USA 2022, reż. J.D. Dillard, wyk. Jonathan Majors, Glen Powell, Christina Jackson, Thomas Sadoski, 170 min**1.45 Wstydlive choroby: XXL 2 (5)** – serial dokumentalny, Wielka Brytania**3.45 A kto to mówi? (42)** – program rozrywkowy**4.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (111)** – serial obyczajowy, Polska 2018**5.00 Kręcimy z gwiazdami 3 (2): Big Cye** – program rozrywkowy**TU ZDARZY SIĘ COŚ STRASZNEGO**

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

►serial grozy (8 odc.), USA 2026

**K-POPOWE ŁOWCZYNI DEMONÓW**

Rumi, Mira i Zoey nie są zwyczajnymi gwiazdami k-popu. Po pracy przeobrażają się w bezwzględne łowczynie złych duchów. Teraz czeka je starcie z najpotężniejszym jak dotąd wrogiem... członkami konkurencyjnego boysbandu, którzy naprawdę są demonami.

►film anim., USA 2025; 95 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.00 Angry Birds 2 Film FILM – film animowany, Finlandia/Kanada/USA 2019, 95 min	5.55 Na sygnale (883) 6.35 Janosik (11) – przyg. 7.25 Na sygnale (884-888)	10.05 Sean Connery kontra James Bond – film dokum., Fr. 2022	7.00 Wolna krowa 7.40 Długi weekend – film obyczajowy, Polska 2004, 100 min	8.35 Fukushima: atomowy koszmar – dok., Wlk. Bryt. 2026	7.15 Przyjaźń dla dorosłych – komedia, USA 2024, 80 min
7.35 Walker: Strażnik Teksasu 4 (12) – serial kryminalny, USA 2024	10.20 Na dobre i na złe (990) – serial obycz.	11.10 Droga (2) – obycz.	9.20 W 80 dni dookoła świata – film przyg., USA/Niemcy/Irlandia 2004, 145 min	10.05 Łapu-capu – komedia romantyczna, USA 2006, 135 min	8.35 Fantastyczny Pan Lis – film animowany, USA/Wielka Brytania 2009, 85 min
8.25 Rekrut 8 (1) – serial kryminalny, USA 2026	12.10 Rodzinka.pl (308, 309) – kom., Pol.	12.15 Unity (finał) zagranicznego programu kulturalnego polskiej prezydencji w Brukseli	11.45 Stan wyjątkowy – komedia, Czechy 2024, 120 min	12.35 Robin i obrońcy królestwa – film przyg., Wlk. Bryt./Irlandia 2024, 100 min	10.00 Ewolucja planety małp – film s.f., USA/Wielka Brytania/Kanada 2014, 130 min
9.25 FBI: Most Wanted 4 (5) – serial kryminalny	13.20 Ojciec Mateusz 26 (332, 333) – krym., Pol.	13.45 Frankie i Johnny – film muzyczny, USA 1966, 95 min	13.45 Morderstwo w Orient Ekspresie – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1974, 150 min	14.15 Making of – mag.	12.10 Karate kid – film przygodowy, USA 1984, 125 min
10.25 Detektyw Monk 2 (14-16) – serial kryminalny, USA 2004	15.10 U Pana Boga w Królowym Moście (7) – obycz.	15.20 Wzdarzenie aktualne – pr. inform.	16.15 Punkty zwrotne – thriller, Hiszpania 2024, 115 min	14.20 Kaskader – komedia sensacyjna, USA 2024, 125 min	14.15 Karate Kid – film przygodowy, USA/Chiny 2010, 135 min
13.10 Detektyw Monk 3 (1, 2) – serial krym.	16.10 Ranczo 4 (52) – obycz.	15.50 Abba. Film – biograf.	18.10 Porwanie – dramat sens., Belgia/Holandia/USA 2015, 120 min	16.25 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 105 min	16.30 Karate Kid: Legendy – film przygodowy, USA/Kan. 2025, 95 min
15.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 8 (17) – krym., USA/Kan.	17.15 Czwterdziestolatek (7) – obycz., Pol. 1974	17.40 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult.	20.05 Ekspedycja XD (1-5)	18.10 Ultimatum Bourne'a – film sensacyjny, USA/Niem. 2007, 115 min	18.05 Vinci 2 – kom. krym., Polska 2025, 115 min
16.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9 (1-4) – krym., USA/Kan.	18.10 Na sygnale (889-891) – serial fab.-dokum.	18.20 Paryżanka – dramat obyczajowy, Francja/Włochy 1957, 100 min			
PRZYGDOWY	KRYMINALNY	DRAMAT HISTORYCZNY	DRAMAT WOJENNY	SCIENCE FICTION	CZARNA KOMEDIA
20.00 W 80 dni dookoła świata – USA/Niem./Irlandia 2004, 160 min	20.40 Ojciec Mateusz 26 (334, 335) – Pol. 2021	20.00 Bolero – Francja/Belgia 2024, 125 min	20.10 Źródło nadziei – Australia/USA/Turcja 2014, 135 min	21.00 Uciekinier – Wielka Brytania/USA 2025, 130 min	20.00 Kolejna zwyciężajna przysługa – USA 2025, 120 min
XIX w., Londyn. Phileas Fogg zakłada się, że w ciągu 80 dni okrąży kulę ziemska. Towarzyszą mu piękna Monique i lokaj Passepartout.	Zosia w trakcie spowiedzi zdradza wstydlivy sekret. Mateusz proponuje jej pomoc i znalezienie sprawcy nieszczęścia. Prosi o wsparcie Marcjaka i Nocula.	Choreografka i tancerka Ida Rubinstein zleca Maurice'owi Ravelowi skomponowanie muzyki do baletu. Poprzednie niepowodzenia utrudniają mu pracę.	Rok 1919. Australijski farmer Joshua Connor przybywa do zniszczonej wojną Turcji. Chce spełnić ostatnią wolę zmarłej żony i odnaleźć ciała poległych synów.	Ameryką rządzi potężna medialna korporacja. Ben bierze udział w brutalnym reality show, w którym stawką jest jego życie. Staje się symbolem walki z nieludzkiem systemem.	Emily, która została skazana na 20 lat więzienia, odzyskuje wolność. Planuje ślub, a jej druhną zostaje dawna znajoma. Podczas ceremonii dochodzi do zbrodni.
22.40 Snajper: Niewidzialny zabójca – film sensacyjny, USA 2016, 110 min	22.30 Ranczo 5 (53, 54) – serial obycz., Polska	22.05 The Rolling Stones – Live At The Wilton Theatre – koncert	22.25 Kamdesh. Afgańskie piekło – dram. wojenny, USA/Bulgaria 2019, 150 min	23.10 13 dni, 13 nocy – thriller, Francja/Belgia 2025, reż. Martin Bourboulon, 110 min	22.00 Anakonda – komedia przygodowa, USA 2025, 100 min
0.30 Snajper: Ostatni strzał – dramat sens., USA 2017, 115 min	0.15 E=mc2 – kom. sens.	23.25 Wieczór kinomana – magazyn filmowy	0.55 Wind River.	1.00 Bitwa o Atlantyk – dramat historyczny, Norwegia 2023, reż. Henrik Martin Dahlsbakken, 105 min	23.40 Eileen – thriller, USA/Wlk. Bryt. 2023, 95 min
2.25 Zabójca – film sens., USA 2007, 135 min	1.55 PiłBull (9, 10) – serial sensacyjny, Pol. 2007	23.35 La Chimera – dramat obyczajowy, Włochy/Francja 2023, 130 min	1.45 Dobry tytuł – mag.		1.15 Królestwo niebieskie – dramat hist., USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005, 140 min
	5.25 Rodzinka.pl (128) – serial kom., Pol. 2013				
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
6.30 Stuart Malutki 2 – film przygodowy, 2002, 75 min	12.10 Willy Wonka i fabryka czekolady – film familijny, USA 1971, 125 min	6.05 Chopin, Chopin! – dramat biograf., Pol. 2025, 130 min	9.45 Łapu capu – program rozrywkowy	6.00 13 posterunek 2 (37, 38)	9.40 Księga życia – film animowany, 2014, 90 min
7.45 Napisała: Morderstwo (10-14) – serial kryminalny	14.15 Randka z bilboardu – film familijny, USA 1998, reż. Alan Metter, 115 min	8.15 W kogo ja się wrodziłem? – film obycz., Polska 2001, 60 min	9.55 Dziką fauną sroźcimnomorska (1-3) – film dokumentalny, Hiszpania 2024	7.20 Cztery pory igr (4) – dok.	11.10 Everest – film katastrof., USA 2015, 120 min
13.10 Dr House (2-6) – serial obyczajowy, USA 2004	16.10 Superman 4 – film przygodowy, USA/Wielka Brytania 1987, 100 min	9.15 O psie, który jeździł koleją 2 – film familijny, Polska 2025, 90 min	12.55 The Office PL 5 (4-6) – serial komediowy, Polska 2025	9.00 Zabójcze drogi (4) – dok.	13.10 Hobbit: Pustkowia – film fantasy, USA 2013, 155 min
18.00 Dowody zbrodni 2 (14-17) – serial kryminalny	17.50 Dziedzic maski – komedia przygodowa, USA/Niemcy 2005, 120 min	10.45 Megamocny kontra Syndykat Zagłady – film animowany, 2024, 85 min	14.30 Premiera: Naruto (1-3) – serial anime, Japonia 2002-2003	10.00 Złochowcy: ciężarówki w opałach 6 (9) – dok.	15.45 Siła naszych marzeń – dramat obyczajowy, Francja/Kan. 2022, 105 min
22.10 Obłądny rycerz – kom. przyg., USA 2001, 155 min	19.50 Dziewczyna na pożeganie – komedia romant., USA 1977, 130 min	12.10 Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023, 115 min	16.05 Mały Grand Hotel (7) – serial komediowy, Polska 2025	11.00 Grip – w świecie supersamochodów (11)	17.30 Alita: Battle Angel – film s.f., USA 2019, 120 min
0.45 Hitch: Najlepszy doradca przeciętnego faceta – komedia romant., USA 2005, 150 min	22.40 Wrogie niebo 3 (8, 9) – s.f.	14.05 Nadzieja – dramat sens., Pol./Niemcy 2006, 110 min	16.25 Łapu capu – program rozrywkowy	12.00 Andy Murray: Game, Set, Match – dok., 2024	19.30 Challengers – dramat obyczajowy, 2024, 125 min
5.00 Blok promocyjny AXN White	23.05 Batman i Robin – film przygodowy, 1997, 150 min	15.55 Azył – dramat biograficzny, Czechy/Wielka Brytania/USA 2017, 125 min	16.30 Włochy z góry (1, 2) – serial dokumentalny, Wł.	13.00 W trasie z Normanem Reedusem (3) – serial dok.	21.35 Diva Futura – dramat obyczajowy, 2024, 120 min
		18.00 Saga „Zmierzczy”: Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011, 115 min	18.00 Łapu capu – program rozrywkowy	13.55 Co poszło nie tak 4 (3)	23.35 Euforia 3 (3) – serial obycz.
		19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.	18.15 13 posterunek 2 (20-22) – serial komediowy, Polska 2000	15.00 Porzucona Ameryka 4 (3, 4) – serial dokumentalny	0.35 Gorąca rywalizacja (5)
		20.00 Wcielenie – horror, Wielka Brytania 2024, 95 min	20.00 Edukacja XD (3-6) – serial komediowy, Polska 2025	16.55 Wykrzywacz historii 4 (3)	
		21.35 Skarbek – thriller, Pol./Wlk. Brytania/USA 2024, 105 min	22.00 Trigger Point: Stan zagrożenia 2 (1, 2) – serial sensacyjny, Wielka Brytania 2024	17.55 Grip – w świecie supersamochodów (12) – serial dokumentalny, 2022	
		23.20 I.S.S. – thriller s.f., USA 2023, 95 min	23.50 Belfer (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2016	19.00 Sung Kang – szybki i dociekliwy (2) – dok.	
		0.55 Nieukończony film – dramat obycz., Singapur/Niemcy/USA 2024, 105 min	1.35 Petia (1, 2) – serial sensacyjny, Polska 2020	20.00 Wolne duchy. Starcie z żywiołami (3) – dok.	
		2.40 Wrooklyn Zoo – dramat obycz., Pol. 2024, 125 min	3.15 Premierowa jazda – magazyn	20.50 Lotniskowca na wojnie (3) – dok., Wlk. Bryt. 2018	
		4.45 Quebonafide: Połnoc/Południe – musical, Polska 2025, 70 min	3.40 Łapu capu – program rozrywkowy	21.55 Porzucone konstrukcje (12) – serial dok., Wlk. Bryt.	
		5.55 Łapu capu – pr. rozrywk.		22.55 Wykrzywacz historii 4 (2) – serial dokumentalny, 2024	
				23.50 Co poszło nie tak 4 (1)	
				1.00 Zasada przyjemności (1) – serial kryminalny	
				2.05 Twardzielki (1) – dok., Pol.	
				2.40 Rekruci (9) – serial dok.	
				3.40 Pogotowie remontowe Wieśka (1, 2) – mag.	
				4.55 Zwierzęta Wajraka 3 (6, 7) – serial dok., Pol. 2022	
					HBO 3 HD
					10.40 Noe: Wybrani przez Boga – dramat przygodowy, 2014, 135 min
					12.55 Hacks 3 (5, 6) – serial kom.
					14.00 Król Karol III – dramat polityczny, USA/Wielka Brytania 2017, 90 min
					15.30 Rodzina Addamsów – film anim., USA/Kan./Wlk. Bryt. 2019, 85 min
					16.55 Rodzina Addamsów 2 – film animowany, USA/Kanada 2021, 90 min
					18.25 Słodki przekręt – komediodramat, Wielka Brytania 2024, 100 min
					20.05 Połbrat (1) – serial obycz.
					21.00 Rewanż (1-6) – biograf., Fr.

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

6.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (182) – rozr.

8.00 Sądzi (30) – anim.

8.10 Byli sobie podróżnicy (26) – serial anim., Fr. 1997

8.45 Była sobie Ziemia (1)

9.25 Skok przez płot – film animowany, USA 2006, 95 min

11.00 Dobra wróżka – film familijny, USA/Kanada 2010, 135 min

13.15 Karate Kid – film przygodowy, USA/Chiny 2010, 165 min

16.00 Zew krwi – przg., USA/Kan./Portugalia 2020, 120 min

18.00 Marsjanin – film s.f., USA/Wielka Brytania/Jordania 2015, 180 min

COMEDY CENTRAL HD

6.00 The Office PL 2 (1, 2) – serial komediowy, Polska 2022

7.10 Teoria wielkiego podrywy 5 (21-24) – serial komediowy, USA 2011-2012

9.00 Teoria wielkiego podrywy 6 (1-10) – serial komediowy, USA 2012-2013

13.30 Przyjaciele 4 (10-20) – serial komediowy, USA 1997-1998

19.00 Duchy (3-6) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021

Robotnik odkrywa kości Thorfina. Jego duch prosi Sam o to, żeby zorganizowała wikingi pogrzeb.

TVN FABUŁA HD

5.05 Szkoła (713) – serial paradok. Polska 2022

6.00 Seriale (3) – mag.

6.25 Po drugiej stronie kamery (4) – dok., Pol.

7.10 Kryminalni 3 (2-5) – serial krym., Polska

11.20 Pierścien i róża – baśń filmowa, Polska 1986, 130 min

13.30 Córka prezydenta – kom. romant., USA/Wielka Brytania 2004, 135 min

15.45 Legendy sowiego królestwa: Strażnicy Ga'Hoole – anim., USA/Australia 2010, 120 min

17.45 Och, życie! – komediodramat, USA 2010, 135 min

13 ULICA

6.40 Kapitan Marleau 3 (4) – serial kryminalny, Francja 2019

8.45 Motyw (1-10) – serial kryminalny, Kanada 2013, wyk. Kristin Lehman, Louis Ferreira

17.55 Blue Ridge 2 (7, 8) – serial kryminalny, USA 2024

19.55 Chicago P.D. 13 (17) – serial kryminalny, USA 2025

20.55 Blanca 3 (10) – serial kryminalny, Włochy 2025

Blanca i Domenico wciąż coś ukrywają. Zespół kontynuuje działania, by zatrzymać napastnika atakującego kobiety.

KINO POLSKA

6.45 Polska Kronika Filmowa – serial dok.

7.15 Miś Kudłatek (7, 8) – serial animowany

7.45 Przygody Myszki (7, 8) – serial anim.

8.20 Bolek i Lolek na wakacjach (3-5)

8.55 Podróż Pana Kleksa (1/2, 2-ost.) – film przg., Polska/ZSRR 1986, 225 min

12.40 W pustyni i w puszczy – film przg., 2001, 145 min

15.05 Znachor – dram. przyg., 1981, 175 min

18.00 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka – komedia obyczajowa, 1976, 120 min

STOPLATKA STOPLATKA DVS T2

6.00 Komisarz Rex 12 (9-12) – krym., Wł. 2011

9.55 Hudson i Rex 5 (20) – serial krym., Kanada

10.55 Hudson i Rex 6 (1) – serial krym., Kanada

11.55 Flintstonowie: Niech żyje Rock Vegas – komedia, USA 2000, reż. Brian Levant, 115 min

13.50 Śc(a)gany – komedia sensacyjna, Niemcy/USA 1998, 110 min

15.40 Kongo – film przygodowy, USA 1995, reż. Frank Marshall, 130 min

17.50 Francuski pocalunek – kom. romant., USA/Wielka Brytania 1995, 130 min



21.00 Znachor – Polska FILM 2023, 170 min

Chirurg Rafał Wilczur traci rodzinę. Gdy szuka bliskich, zostaje napadnięty. Budzi się z amnezją. Po latach zdobywa uznanie jako znachor. Los stawia na jego drodze córkę.

23.50 Manchester by the Sea – dram. obyczajowy, USA 2016, reż. Kenneth Lonergan, 170 min

2.40 Ślad (84, 85) – serial kryminalny, Polska

4.40 Na ratunek 112 (796, 797) – serial paradok., Pol. 2023



21.00 Wasabi: Hubert zadawodziec – Fr./Japonia 2001, 120 min

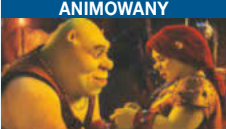
Był policjant jedzie do Japonii na pogrzeb dawnej kochanki, Miko. Poznaje dziesięcioletnią Yumi, która jest jego córką. Musi wykryć zbrojodawcę wybranki.

23.00 Comedy Club 3 (11, 12) – pr. rozryw. 0.00 Miasteczko South Park 16

0.30 Miasteczko South Park 17

2.00 Pracownicy 2

3.50 Śmiech nie będzie



20.00 Shrek Forever – USA 2010, 115 min

Znudzony monotonnym życiem Shrek zawiera pakt z Rumpelnickim. Czar przenosi ogr. do alternatywnej rzeczywistości. Z czasem zaczyna on tęsknić za bliskimi.

21.55 Bajecznie bogaci Azjaci – kom. romant., USA 2018, 150 min

0.25 xxx: Reaktywacja

2.35 Szkoła

3.25 Ukryta prawda



22.00 Morderstwo w mieszkaniu – Kanada/USA 2021, 110 min

Nick i Aurora znajdują zwłoki. Wszczynają dochodzenie. Gdy są o krok od poznania prawdy, okazuje się, że grozi im niebezpieczeństwo.

23.50 American Heist. Skok życia – film sensacyjny, Kanada/Luksemburg 2014, reż. Sarik Andreasian, wyk. Hayden Christensen, Adrien Brody, 120 min



20.00 Miś – 1981, 155 min

Prezes Ochódzki chce podjąć gotówkę z londyńskiego banku, w którym złożył konto wraz z byłą żoną. Skłócenie małżonkowie rozpoczynają bezwzględny rozpaczliwyśc.

22.35 Na układy nie ma rady – komedia, 2017, 115 min

0.30 Dzień świra

2.35 IO

4.15 Jesteśmy razem



20.00 Ślepa furia – USA 1989, 115 min

Nick Parker, ociemniały weteran z Wietnamu, wykorzystuje umiejętności władania mieczem, by pomóc dawnemu przyjacielowi. Wypowiada wojnę bandytom.

21.55 Kodeks sprawiedliwego – film sensacyjny, USA 2016, 125 min

0.00 Sin City – Miasto grzechu

2.50 Gangsterzy i filantropi

CINEMAX HD

13.15 Neonowa droga – film obyczajowy, 2024, 110 min

15.05 Czerwona walizka – thriller, Nepal/Sri Lanka 2023, 85 min

16.30 Juno – komediodramat, USA/Kanada 2007, 95 min

18.05 Barry Seal: Król przemytu – biograf., USA/Japonia/Kan. 2017, 115 min

20.00 Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min

21.55 Pan i władca: Na krańcu świata – dram. przygodowy, 2003, 135 min

0.10 Księżna – dram. hist., Wlk. Bryt./Fr./Wł. 2008, 110 min

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

8.30 Świat według Kiepskich (9-12, 1, 2) – serial kom. Pol.

11.30 Bob kocha Abisholę 2 (6-11) – serial komediowy

14.30 Święty (35-39) – kom., Pol.

17.00 Piękni i bezrobotni (1)

17.30 Świat według Kiepskich (9-12, 1-3) – serial kom. Pol.

21.00 Co ludzie powiedzą? 4 (3-5) – serial kom., Wlk. Bryt.

23.05 Jedną nogą w grobie 6 (5, 6) – kom., Wlk. Bryt. 1994

0.40 Czarna Żmija 3 (5, 6)

2.05 Czarna Żmija 4 (1) – kom.

2.35 Grono nie-pedagógiczne 2 (1-5)

4.20 Daleko od noszy (14, 15)

5.10 Comedy Club 7 (8, 9)

SCI FI HD

10.05 Grimm 2 (5-8) – fantasy

14.05 Bohater ostatniej akcji – komedia sensacyjna, USA 1993, 165 min

16.50 Przygody Tintina – film animowany, USA/Nowa Zelandia 2011, 130 min

19.00 Miasto cienia – film przygodowy, 2008, 120 min

21.00 Zielony Szerszeń – kom. sens., USA 2011, 145 min

23.25 Chappie – film s.f., USA/Meksyk 2015, 150 min

1.55 Saga „Zmierzczeni”: Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, 140 min

4.15 Bibliotekarze: Nowy rozdział (1, 2) – serial s.f.

FX HD

8.40 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7-9)

11.25 Agenci NCIS 8 (8, 9)

13.15 Tropiciel (11) – serial krym.

14.10 Matlock (4) – serial krym.

15.05 Titanic – dram. katastrof., USA/Meksyk/Australia 1997, 225 min

18.50 Pojtrze – dram. katastrof., USA 2004, 155 min

21.25 Londyn w ogniu – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA/Bułgaria 2016, 130 min

23.35 Świat w płomieniach – film sens., 2013, 155 min

2.10 Tropiciel (11) – serial krym.

3.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14)

KINO TV HD

10.30 I znowu zgrzeszyliśmy, dobry Boże! – komedia, Francja 2019, 115 min

12.25 Niekończąca się opowieść – film fantasy, RFN/USA 1984, 115 min

14.20 Zaginiono miasto Z – film biograficzny, 2016, 165 min

17.05 Noga: Wybrany przez Boga – dram. przygodowy, USA 2014, reż. Darren Aronofsky, 175 min

20.00 John Wick 4 – film sens., USA/Niemcy 2023, 220 min

23.40 Jeden gniewny człowiek – thriller, USA/Wielka Brytania 2021, reż. Guy Ritchie, 145 min

ROMANCE TV HD

15.55 Mężczyzna robi, co może – komedia, Niemcy 2012, reż. Marc Rothemund, wyk. Wotan Wilke Möhring, Jasmin Gerat, 130 min

18.05 Rosamunde Pilcher: Godziny decyzji – film obyczajowy, Niemcy/Austria 1996, 115 min

20.00 Kryminalne zagadki Mazur: Zaginiona córka – film kryminalny, Niemcy 2024, 115 min

21.55 Krawcowa z Madrytu (9, 10) – serial obycz., Hiszp.

23.55 Inga Lindström: Ślubna gorączka – film obycz., Niemcy 2021, 115 min

CINEMAX 2 HD

14.55 Wstrząs – dram. obycz., USA/Wielka Brytania/Australia 2015, 120 min

16.55 Zabić wspomnienia – dram. obyczajowy, USA 2007, 125 min

19.00 Fremont – dram. obyczajowy, 2023, 90 min

20.30 Nade mną niebo, w dolinie ja – film obyczajowy, Słowacja/Czechy 2024, 90 min

22.00 Od marca do maja – film obycz., 2024, 85 min

23.25 Ciche życie – dram. obyczajowy, 2024, 100 min

1.05 Faruk – dram. biograf., Fr./Niemcy/Turcja 2024, 95 min

EPIC DRAMA HD

11.00 Jane Eyre (2) – kostium.

12.05 Panna Scarlet 6 (6)

13.15 Detektywy Murdoch 18 (6) – krym., Kan./Wlk. Bryt.

14.05 Marlow: klub zbrodni 2 (6) – krym., Wlk. Bryt./USA

15.15 Morderstwo w małym mieście 2 (6) – krym., Kan.

16.15 Sprawy pana Booka (6)

17.20 Sherlock i córka (6)

18.20 Agenci NCIS 16 (11, 12)

20.05 Grantchester 4 (6) – krym.

21.00 Wiedeńska krew 3 (3)

23.00 Niebezpieczne związki (7) – kostium., Wlk. Bryt.

0.15 Panna Marple: Kieszeń pełna żył – film krym., Wlk. Bryt. 2008, 105 min

NOVELAS+ HD

5.00 Wszędzie Ty (54-58) – telenowela, Turcja 2019

10.00 List pożegnalny (39-43) – telenowela, Turcja 2023

15.00 Klass 95 (36-40) – telenowela, Kolumbia 2024, wyk. Nicole Santambriana, David Palacio

20.00 Rubi (66, 67) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori, Eduardo Santamarina

22.00 Otchłań namiętosi (64-68) – telenowela, Meksyk 2012, wyk. David Zepeda, Angélique Boyer

3.00 Rubi (66, 67) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori, Eduardo Santamarina

FX COMEDY HD

15.05 Epoka lodowcowa – film animowany, USA/Francja/Kanada 2002, 90 min

16.35 Epoka lodowcowa 2: Odwilż – film animowany, USA/Wielka Brytania/Australia 2006, 100 min

18.15 Epoka lodowcowa 3: Era dinozaurów – film animowany, USA/Wielka Brytania/Kan. 2009, 120 min

20.15 Epoka lodowcowa 4: Wędrowka – film animowany, USA 2012, reż. Steve Martino, 105 min

22.00 Bad Boys 2 – komedia sensacyjna, 2003, 175 min

FILMBOX PREMIUM HD HD

9.35 Przyjaźń czy kochanie? – kostium., 2016, 105 min

11.20 Prawie przyjaciele – komediodramat, USA 2016, 110 min

13.10 Obywatelka Jane – dram. krym., 2009, 100 min

14.50 Jakochać się z D – komedia, Wielka Brytania 2019, 105 min

16.35 Mack i Rita – komedia fantasy, USA/Luksemburg 2022, 105 min

18.20 El camino – dram. obyczajowy, 2008, 100 min

20.00 Iluzja 2 – thriller, Fr./USA/Hongkong 2016, 140 min

22.20 Dynastia Tudorów (5-7)

PARAMOUNT NETWORK HD

9.20 Kiedy Harry poznał Sally – komedia romantyczna, USA 1989, 125 min

11.25 Baranek Shaun – film animowany, 2015, 100 min

13.05 Dora i Miasto Złota – film przygodowy, 2019, 130 min

15.15 Choć goni nas czas – komediodramat, USA 2007, 135 min

17.30 Pan i pani Smith – komedia sensacyjna, USA 2005, 150 min

20.00 Podziemi kryg – dram. psychologiczny, Niemcy/USA 1999, 180 min

23.00 Pakt z diabłem – film kryminalny, 2015, 140 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD

- 7.00 Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w Yongpyong – zjazd mężczyzn
9.15 Snooker: Mistrzostwa Świata w Sheffield – mecz półfinałowy
11.00 Snooker: Mistrzostwa Świata w Sheffield – mecz półfinałowy
14.00 Snooker: Mistrzostwa Świata w Sheffield – mecz półfinałowy
15.15 Snooker: MŚ w Sheffield – półfinał Gracze, którzy pozeznąją się z imprezą na tym etapie, otrzymają na pocieszenie po 100 tys. funtów.
18.30 Snooker: Mistrzostwa Świata w Sheffield

SNOOKER



19.30 MŚ w Sheffield
LIVE – półfinał

W tegorocznej edycji czempionatu Judd Trump rozpoczął marsz po tytuł mistrzowski od zwycięstwa nad niżej notowanym od siebie Garym Wilsonem.

- 23.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Keqiao – bouldering kobiet
1.00 Kolarstwo: Tour de Romandie – 4. etap
1.30 Snooker: Mistrzostwa Świata w Sheffield – mecz półfinałowy
2.30 Kolarstwo: Wyścig dookola Turcji – 7. etap

EUROSPORT 2 HD

- 8.30 FIA WEC:** Wyścig 6-godzinny w Imoli
10.00 Kolarstwo górskie: PŚ w Yongpyong – zjazd kobiet
10.30 Kolarstwo: Wyścig dookola Turcji – 7. etap
12.30 Kolarstwo: Wyścig Eschborn-Frankfurt
14.00 Kolarstwo: Tour de Romandie – 4. etap
16.15 Formuła E: ePrix Niemiec – 1. wyścig
17.15 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Yongpyong – zjazd mężczyzn
18.15 Golf: Cadillac Championship – 3. runda
0.00 Tenis: Australian Open

POLSAT SPORT FIGHT HD

- 14.40 K.O. TV Classics** (15)
15.25 Sporty walki: One Punch w Ostrowcu Świętokrzyskim: Rafał Witkowski – Rafał Jaszczuk
15.55 Hokej: Mistrzostwa Świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026: Litwa – Kazachstan
19.00 Boks: Rocky Boxing Night w Żukowie – waga ciężka: K. Meyna – K. Twardowski
20.15 Sporty walki: Babilon MMA 49 w Radomiu – walka: Paweł Polityło – Błażej Majdan
22.05 Boks: Rocky Boxing Night w Żukowie: Mateusz Polski – Luis Romero Mendoza

POLSAT SPORT 1 HD

- 6.00 Siatkówka mężczyzn:** PlusLiga – mecz fazy play-off
8.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off
10.00 Magazyn Polskiego Sportu – magazyn sportowy, Polska 2026
11.00 7. strefa – magazyn siatkarski, Polska 2026
12.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off
14.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – 3. mecz finałowy fazy play-off: Aluron CMC Warta Zawiercie – Bogdanka LUK Lublin

HOKEJ



19.00 Mistrzostwa Świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026: Polska – Ukraina

W lutym Bialo-Czerwoni mierzyli się z Ukrainą w 1. edycji Europejskiego Pucharu Narodów. Przeegrali wówczas z naszymi wschodnimi sąsiadami 2:4.

- 22.30 Siatkówka mężczyzn:** PlusLiga – mecz fazy play-off
1.00 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Jack Della Maddalena – Carlos Prates
4.00 7. strefa – mag.

POLSAT SPORT 2 HD

- 10.30 Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – mecz: MKS Dąbrowa Górnicza – Legia Warszawa
12.25 Hokej: Mistrzostwa Świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026: Japonia – Francja
15.30 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzów: VakifBank SK – Conegliano
18.30 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzów: Eczacibasi – Savino Del Bene Scandicci
21.00 Piłka nożna z archiwum
23.00 Hokej: Mistrzostwa Świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026: Polska – Ukraina
2.00 Sporty walki: FEN

POLSAT SPORT 3 HD

- 8.30 Piłka nożna z archiwum**
10.30 Piłka nożna z archiwum
12.30 Siatkówka mężczyzn: PLS 1. liga – 2. mecz o 3. miejsce fazy play-off
15.00 Piłka ręczna kobiet: ORLEN Superliga Kobiet – mecz: Piotrcovia – MKS Lublin
17.25 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga: Trefl – Stal Ostrów Wlkp.
20.00 Piłka nożna z archiwum
22.30 Siatkówka mężczyzn: PLS 1. liga – 2. mecz o 3. miejsce fazy play-off
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT HD

- 9.00 Jej Wysokość Premier League** – magazyn piłkarski
10.35 Premier League Stories (38) – mag.
11.15 Premier League Review – mag.
12.30 Premier League Premier League – mag.
13.10 Premier League: The Big Interview (38) – mag. piłkarski
13.55 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Villarreal – UD Levante
16.10 Timbersport: Mistrzostwa Świata – Mediolan 2025 – zawody drużynowe
18.25 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Villarreal – UD Levante

PIŁKA NOŻNA



20.55 Liga hiszpańska
LIVE – mecz: CA Osasuna – Barcelona

W ubiegłym sezonie ekipa z Pampeluny pokonała u siebie Dumę Katalonii. Teraz porażka Barcy jest mało prawdopodobna.

- 23.05 Sporty walki:** ONE Friday Fights 152
1.15 Premier League: The Big Interview (38) – mag. piłkarski
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Motor Lublin – Lech Poznań
4.15 Premier League Stories (38) – mag.

CANAL+ SPORT 2 HD

- 8.15 Tenis:** Turniej WTA w Madrycie – półfinał
10.30 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – półfinał
12.45 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – półfinał
15.00 8 wspaniałych (2) – dok.
16.00 Tenis raport – Madryt
17.00 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – finał
19.30 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – półfinał
21.45 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – półfinał
0.00 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – finał
2.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Legia

CANAL+ SPORT 5 HD

- 12.30 Premier League Preview**
13.00 Premier League Stories
13.30 Żużel: Metalikas 2
LIVE Ekstraliga: PSZ Poznań – H. Skrzydłowska Orzeł Łódź
16.00 Żużel: Metalikas 2
LIVE Ekstraliga: INPRO ROW Rybnik – ZKS Stal Rzeszów
18.45 Timbersport: Mistrzostwa Świata – Mediolan 2025 – zawody indywidualne
21.00 Żużel: Metalikas 2
Ekstraliga: PSZ Poznań – H. Skrzydłowska Orzeł Łódź
23.45 Liga – magazyn piłkarski
1.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Widzew
3.20 Ligomistrzowe historie

TVP SPORT HD

- 8.20 Hokej:** NHL – mecz fazy play-off
9.30 Kamera TVP Sport
10.00 Piłka nożna: STS Puchar Polski – podsumowanie półfinałów
11.20 Mundial 2026 – Legandy miejskie (14) – cykl reportaży
11.55 Piłka nożna kobiet: ORLEN Ekstraliga – mecz: Pogoń – Czarni
14.00 Lekkoatletyka: Mistrzostwa Świata sztafet – Gaborone 2026 – 1. dzień
17.00 Piłka nożna: STS PP: Górnik Zabrze – Raków Częstochowa
17.55 Piłka nożna: STS Puchar Polski – studio

MAGAZYN KOSZYKARSKI



19.30 NBA Action (9)
Najpiękniejsze akcje ostatnich meczów, podsumowania spotkań oraz najnowsze wiadomości i ciekawostki.

- 20.05 Piłka nożna** – Mecz Gwiazd HS All Stars 2026
22.00 Sportowy wieczór – program inform.
22.30 Piłka nożna: STS PP – finał: Górnik Zabrze – Raków Częstochowa
0.45 Boks: Gala w Montrealu – podsumowanie
2.05 Hokej: NHL – mecz fazy play-off

EXTREME CHANNEL HD

- 6.00 Pro Bull Riders 2** (16, 17)
8.00 WWE Classic Gold (3, 7)
9.00 KPW Komбат TV (1)
10.00 WWE Classic Gold (2, 3)
11.00 Ultimate Strongman (1)
12.00 LoW – Legacy of Wrestling (2)
15.15 WWE Classic Gold (4)
16.00 New Japan Pro-Wrestling (41)
19.30 WWE Classic Gold (7) – program sportowy
20.00 AEW Dynamite (2617)
22.00 New Japan Pro-Wrestling (41)
1.30 New Japan Wrestling – Highlights (13)
2.00 Pro Bull Riders 2 (18-21)

ELEVEN SPORTS 4 HD

- 12.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Girona – Mallorca
14.00 LaLiga Best 11
14.30 Udinese – Najbardziej polski klub w Włoszech – reportaż, Pol.
14.55 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese – Torino
16.55 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – FC Lorient
18.55 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Famalicão – SL Benfica
21.00 Piłka nożna: Liga francuska: OGC Nice – Lens
23.00 LaLiga Best 11 – mag.

ELEVEN SPORTS 1 HD

- 6.00 Moi bohaterowie**
6.45 Legendy ligi niemieckiej – mag.
7.20 Legendy Bundesligi
8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: 1. FSV Mainz 05 – Bayern
10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Girona – RCD Mallorca
12.00 Formuła 2: GP Miami – sesja kwalifikacyjna
12.55 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: Arminia – VfL Bochum
15.05 Formuła 1: Grand Prix Miami – kwalifikacje do sprintu
15.55 Formuła 2: Grand Prix Miami – sprint
16.55 GP Confidential – magazyn Formuły 1

FORMUŁA 1



17.30 Grand Prix Miami
LIVE – sprint

W poprzednim sezonie Lando Norris zaliczył największe okrążenie na torze Miami International Autodrome.

- 19.20 Formuła 2:** Grand Prix Miami – sprint
20.15 Formuła 1: Grand Prix Miami – sprint
21.15 Formuła 1: Grand Prix Miami – studio
21.55 Formuła 1: GP Miami – sesja kwalifikacyjna
0.00 Eleven Gol Live – magazyn piłkarski
1.20 Formuła 1: GP Miami – sesja kwalifikacyjna

ELEVEN SPORTS 2 HD

- 12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Köln – Bayer
14.00 Inside Serie A (35) – mag.
14.40 Bundesliga Weekly (36)
15.20 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Heidenheim
17.35 Bundesliga Clubs – mag.
17.55 Piłka nożna: Liga włoska: Como – Napoli
20.10 GP Confidential – mag.
20.45 Ligue 1 Show (31) – mag.
21.55 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Porto – FC Alverca
LIVE
23.30 Miguel Soler – film dok.
0.00 Piłka nożna: Liga francuska: OGC Nice – Lens

ELEVEN SPORTS 3 HD

- 12.55 Piłka nożna:** Dynamo Drezno – Kaiserslautern
14.55 Ligue 1 Show
15.25 Bundesliga Special (19)
15.55 Piłkarzy celebryci
16.10 Piłka nożna: Valencia CF – Atletico Madryt
18.05 Osmane Dembélé – Pierwsze kroki
18.20 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk
20.25 Bundesliga Clubs
20.40 Piłka nożna: Atalanta BC – Genoa CFC
LIVE
22.50 Bundesliga Dino
23.35 Bundesliga Clubs
0.00 LaLiga Best 11

Discovery DISCOVERY CHANNEL HD

- 6.00 Skok na Luwr: jak skradziono klejnoty za 102 miliony dolarów** – dok., Wlk. Bryt./USA 2025
7.00 Brudne skarby 2
8.00 Bimbrownicy 14
9.00 Gorączka złota
10.00 Łowcy opali 8 – dok.
11.00 Od samochodu do domu 2 – mag.
12.00 Wyciąg po antyki
13.00 Złomowisko PL (2, 3)
15.00 Nic do zgłoszenia (8)
16.00 Lotnisko (4) – dok.
17.00 Nagi instytut przetrwania 11 – serial dok., USA
19.00 Największe napady Świata – serial dok.
20.00 Bimbrownicy 14 – serial dokum.

DOKUMENTALNY



21.00 Mike Brewer: przerobić i sprzedać (4)

Legendarny handlarz samochodami Mike Brewer kupuje na aukcji wadliwy samochód, próbuje sprzedać Stigowi male auto, a BMW M3 przysparza mu wielu kłopotów.

- 22.00 Łowcy opali 8** – dok.
23.00 Morze złota 13
0.00 Co zabito Maradonę (1)
1.00 Potwory z Alaski
2.00 Łowcy starożytności (13, 14) – serial dokum.
3.35 Gorączka złota: Australia 4 (8) – dok.

life DISCOVERY LIFE HD

- 10.30 Kosmetyczne rewolucje**
11.15 Łowcy promocyj (3-5)
12.45 Bez tabu. Gry – dziecięcy nałóg (2)
13.45 Klinika bez tajemnic
15.45 Szpital (426, 427, 430, 431)
19.45 W czym do słońca? (7, 8)
20.45 My druga, zia połowa 2 (1) – serial dok.
21.45 Lekarz z piekła (4) – dok.
22.55 Morderstwo w tropikach (3) – dok.
23.55 Sekrety chirurgii (13)
0.55 Sekrety lekarzy (7, 8)
2.40 Eks-tra zmiana (4, 1)
4.10 19+ (18, 19) – paradyk., Pol.
5.00 Niezwykłe przypadki medyczne (3, 4)

CANAL+ DOKUMENTALNY HD

- 10.25 Polska z góry 2** (11-13)
12.00 Morskie bitwy. Starcie tytanów 2 (1-4) – dok., Fr.
16.05 Salwador – kraj plaż i wulkanów – dok., Niem.
17.05 Dziewięćdziesiąt lat
18.15 Prost (4-6) – serial dok., Fr.
20.00 Luca. Legenda Ferrari (2)
21.10 Cicha wojna – Rosja kontra europejskie demokracje – film dokum.
22.10 Dahomej – film dokum.
23.30 Obłączenie – film dok., Wlk. Bryt.
0.30 Putin i nowa strategia morska – film dokum., Fr.
1.35 O co biega? (8) – dok.
2.10 Zakonnice (3, 4) – dok.
4.05 Złombol (5, 6) – dok., Pol.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	HISTORIA TVP HISTORIA DVB T2	HISTORIA HD
6.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok.	6.00 Krwawa układanka – serial dokumentalny, USA 2018	6.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (4, 1) – serial dok., Wielka Brytania	6.00 Wehikuł czasu (502)	6.40 Był taki dzień (550)	11.10 Największe tajemnice świata 6 (1) – dok., USA
7.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok.	8.00 Psychopata – znaki szczególne – serial dokumentalny, USA	8.00 Kosmiczne katastrofy (1, 2) – serial dokumentalny, USA 2020	6.05 48h. Zaginięci (17) – serial krym., Polska	6.45 Przyrodnik na tropie (13-15)	12.05 Starożytni kosmicz 14 (5) – dok.
8.00 Zoom na architekturę – serial dokumentalny	10.00 Morderstwo na prowincji 4 – serial dokumentalny, USA	10.00 Katastrofa w przestworzach (3, 4, 1, 6, 7, 2) – serial dokumentalny, Kanada	7.00 Rolnicy. Podlasie (3, 4) – serial dokum.	8.25 Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii – mag. hist.	13.05 Tajemnice ukryte w piasku 2 (5) – dok.
10.00 Jak to jest zrobione? – serial dok., Wielka Brytania	12.00 Mroczne piętno – serial dokumentalny, USA	16.00 Euroinżynieria (3, 4): Duże wysokości; Cuda zrównoważonej ekologicznie inżynierii – serial dokumentalny, USA 2026	9.00 Świat z góry. Parki narodowe (1, 2)	9.00 Stara baśń. Kiedy słońce było bogiem (2) – serial kostium.	14.00 Wyjaśnić niewyjaśnione (10)
12.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16 (15-17) – serial dok., Wlk. Bryt.	14.00 Noc przynosi śmierć – serial dokumentalny, USA	18.00 Morski patrol: Hiszpania (4, 3) – serial dokumentalny, Hiszpania 2023	13.00 Rolnicy. Podlasie (29-31) – serial dok.	9.55 Odnaleźć zaginione (14) – serial dokum.	14.55 Gwiazdy lombardu 25 (5)
14.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny	16.00 Zabójczy blond – serial dokumentalny, USA 2024		16.00 Najpiękniejsze domy na wsi (1)	10.30 Amerigo Vespucci, zapomniany odkrywca	15.50 Gwiazdy lombardu 12 (4)
16.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok.	18.00 Zbrodnie godne Hollywood 2 – serial dokumentalny, USA		17.00 Wielkie wycieczkowce (6)	11.30 Wszystkie kolory świata – dok., Francja	16.15 Piątką z historii (2, 3) – serial dokum.
18.00 Jak to jest zrobione? 25 – serial dokum., Kanada 2017			18.00 Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły (1) – dok.	12.30 Odkryć tajemnicę	17.10 Zaginiona księga Nostradamusa – film dokum., USA 2007



DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	PRZYGDOWY	DOKUMENTALNY
20.00 Autostrada spotkań z UFO – USA 2019	20.00 Sprawa dla medium i detektywa 8	20.00 Mega Metro (3) – Australia 2025	20.00 Sekrety Biblii (4) – USA 2014	17.10 Trzej muskietery – Niemcy/Belgia/Francja 2023, 125 min	21.00 Starożytni kosmicz: najlepsze historie (1)
Chuck i jego zespół wybierają się do Missouri, gdzie w 1973 roku w Piedmont miał miejsce incydent ze światłami. Niedawno doszło tu do podobnego wydarzenia.	Steve DiSchiavi i medium Amy Allan przyjeżdżają do Waszyngtonu, by zbadać sprawę starszej kobiety, która uważa, że padła ofiarą złośliwej, nadprzyrodzonej siły.	Zakończono 30 km tuneli. Rozpoczną się budowa stacji, układanie torów i testy pociągów. Prace nad Central Walk zmieniają korytarze w 19-metrowy pasaż. Zagrożeniem jest pożar kamienicy.	Jezus jest uznawany za Mesjasza, a jego nauki legły u podstaw potężnej religii. Część wiedzy o Chrystusie została zawarta w Ewangeliach. Twórcy badają sprawę.	Młody Gastończyk przybywa do stolicy Francji, by dołączyć do muskietierów chroniących króla.	Historia ludzkości przepełniona jest nagłymi skokami w ewolucji, których nie da się wyjaśnić teorią Darwina. Teoretycy uważają, że wpływ na to mogły mieć obce istoty.
22.00 Tajemnice Alaski – serial dokumentalny	21.00 Trzy noce z duchami – Wielka Brytania – serial dok.	21.00 II wojna światowa: Historia przed trybunałem (1, 2) – serial dokumentalny	21.00 UFO. Zaginięte dowody (1, 2) – dok.	19.15 Narodziny chirurgii (1)	23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (21, 22) – serial dok.
0.00 Na tropie legendarnych potworów – dok.	23.00 Wrota do piekieł 2	0.00 Państwa Osi: Droga ku porażce (5) – serial dokum.	23.00 Poza kontrolą: Tragedia Fukushima	20.10 Zapomniane karty historii (1)	0.50 Starożytni kosmicz 14 (10) – dok.
2.00 Przypadki z archiwum 10 (7, 8)	1.00 Trzy noce z duchami – Wielka Brytania – serial dok.	23.00 Alarm na lotnisku: Peru (1, 2) – serial dok.	0.00 Przestępce podziemie (5) – dok.	21.10 Parszywa dwu-nastka 3: Mordercza misja – wojenny, USA/Jug. '87, 105 min	1.50 Zaginiona księga Nostradamusa
4.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16 (15-17)	3.00 Morderstwo na prowincji 4 – dok.		1.00 Rolnicy. Podlasie (22-25) – serial dok.	22.55 Historia w postaciach zapisana	3.40 Wyjaśnić niewyjaśnione (10)

DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
8.00 Kwatery Hitlera (5) – dok.	13.35 Zebra. Gwiazda w paski	12.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy	9.00 Tajemnice zwierząt 2 (1)	10.00 Wyspy. Laboratoria natury (4) – dok., Wlk. Bryt.	9.00 Irwinowie – następcze pokolenie – serial dok.
9.00 Gra o skarb – serial dok.	14.40 Bucket – historia	14.00 Dzika Północ Europy (3)	10.10 W powietrzu (4) – dok.	11.00 Malownicze trasy kolejowe (3) – serial dok.	10.00 Na straży przyrody
10.00 Skarby z szopy (3-6)	15.50 Cap Corse – zagadkowe kregi na dzień – film dok.	15.00 Sekretne życie pingwinów (3) – dok.	13.30 Szklana nad wodą	12.00 W okowach mrozu 12	11.00 Weterynarz z Gór Skalistych 5 – serial dok.
12.00 Łowcy starozi – dok.	17.00 Asteroidowy szal (1)	16.00 Sekretne życie osmiornic (3) – serial dok.	14.20 Dzikie jedyki (1-5) – dok.	13.00 Pewnego razu w kosmosie (2) – dok.	13.00 Klan z Alaski (10, 11)
13.00 Maria z Nazaretu – dok.	18.00 Świat z góry (1) – dok.	17.00 Cuda Afryki (1) – dok., Hol.	20.00 Tajemnice zwierząt 2 (2)	14.10 Brytyjskie fabryki 10 (1)	15.00 Człowiek rekin – dok.
14.00 Zoom na architekturę	18.40 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3 (2, 3)	18.00 Ostatnie nosorożce: nowa nadzieja – dok.	21.05 Steve Backshall i sekretne życie pszczoł (1, 2) – film dok., Wlk. Bryt.	15.15 Imperium brytyjskie (3)	17.00 Cztery katy, cztery lapy – serial dokumentalny, USA
15.00 Zoom na architekturę	19.45 Wszystkie tajemnice Joanny D'Arc – film dok.	19.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata (1)	23.25 Steve Backshall: mila w pionie (1, 2) – film dok.	16.30 Amerykańskie Południe	18.00 Julia kontra węże – dok.
17.00 Muzaalne tajemnice	20.50 Louis de Funes – król francuskiej komedii	20.00 Europa z powietrza (2)	1.25 Potwory z głębin (1)	17.40 Potęga ssaków: kulisy	19.00 Jak to robią zwierzęta?
19.00 Na ratunek starociom	22.00 Tajemnice Picassa (2)	21.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (2)	2.15 David Attenborough: pieśni życia – film dokum.	17.55 Dziwne zakątki Ziemi	20.00 Na tropie dzikich zwierząt (3, 4) – dok., Pol.
20.00 Fantastyczne zwierzęta z Forresterem Galante	23.10 Eddy Merckx, zwany Kanibalem – film dokum.	22.00 Węże w mieście (2)	3.10 Z Davidem Attenborough dookoła świata (4) – cykl dokum.	21.00 Pewnego razu w kosmosie (2) – dok.	21.00 Nowojorskie Zoo – Bronx – serial dok., USA
21.00 Przypadki z archiwum X	0.15 Nieszukane życie Buffo Saint-Marie – film dok.	23.00 Europa z powietrza (4)	4.05 Ziemia – planeta życia	22.10 W okowach mrozu 12	22.00 Baseny jak z bajki – dok.
23.00 Zoom na architekturę		0.00 Niezwykły dr Pol (2, 3)		23.10 Wyspy. Laboratoria natury (4) – dok., Wlk. Bryt.	23.00 Wkręcen w survival
2.00 Bitwy żołnierza polskiego (4) – cykl dok.				0.10 Zabójcza pogoda 6 (7)	1.00 Śladami Wielkiej Stopy
2.50 Seryjni mordercy					

TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
13.50 Ukryte serce Irlandii	10.30 Wielkie miasta starożytności (4) – dok.	6.35 Australijscy poszukiwacze złota: na ratunek kopalniom	9.55 Linie frontu (3) – dok.	15.05 Absurdalne przestępstwa 2 (6, 7)	8.05 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta
14.50 Kraina górskich szczytów i rzek – dok.	11.35 Sekrety Biblii (4) – dok.	9.25 Australijscy poszukiwacze złota (6-8)	11.05 Tajne bronie II wojny światowej (6) – serial dok.	16.00 Nastoletnie polskie zabójczynie (4, 3) – dok.	10.10 Niezwykłe miasta Prokopa (6, 1-3) – pr. rozr.
15.55 Ziemia i jej sąsiedzi	12.35 Bitwy morskie – historia okrętów wojennych (4)	12.20 Australijscy poszukiwacze złota 2	12.15 II wojna światowa: cena imperium (9-13) – dok.	17.00 Ferie, impreza, morderstwo 2 (8) – dok.	12.20 Najlepsze drinki z Shay Mitchell (2, 3) – serial dok.
17.00 Dzika Australia Zachodnia z Billem Baileyem (1) – serial dok.	14.40 Historia czołgów (4)	14.20 Złoto Jukonu 2 – dok.	17.40 Naziści: korzenie zła (12)	18.00 Morderca z internetu 2 (11, 3) – serial dokum., USA	14.20 Ciepłarówka przez Stany
17.50 Dzień pierwszy: 1 maja 2004 – film dok., Pol. 2005	15.25 Świat z góry. Parki narodowe (5) – serial dok.	19.00 Nowicjusze za kółkami (5) – serial dokumentalny	18.50 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (3) – serial dokum.	19.00 Stróża życia: przestępcy w mundurze 2 (6) – dok.	15.55 Człowiek kontra jedzenie (38-40, 18) – mag.
18.50 Od zera do milionera – 20 lat w Unii – film dok.	16.25 Jeden dzień z życia Ziemi (1, 2) – film dokum.	20.00 Wojna o złoto (4) – dok.	19.50 Jeden dzień w Auschwitz – film dok.	20.00 Nastoletni mordercy (1)	18.00 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta (1-4)
20.00 Świat po pracy – film dok.	18.35 David Attenborough i osobliwość świata przyrody (1, 2) – serial dok.	21.00 W jej sprawie (5) – dok.	21.00 II wojna światowa: Bombowce (1) – dok.	22.00 Morderstwo w rodzinie 2 (1) – dok.	20.05 Nagi instykt
21.30 Pasikowski & Linda – w czerwonym kręgu	19.40 Wielkie miasta starożytności (1, 2) – dok.	22.00 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 5	22.05 Linie frontu (3) – dok.	22.00 Zbrodnia na żywo (2)	22.10 Afryka Express (6)
22.35 Moje miasto – impresja filmowa, Polska 1950	22.00 Tajemnice zamków (1, 2)	23.00 Special Ops: Prawda	23.15 Tajne bronie II wojny światowej (6) – serial dok.	23.00 Jak zostałem seryjnym mordercą (2) – serial dok.	23.50 Calli i zdrowie (1) – pr. rozr.
22.45 Sprawdzamy – magazyn	0.00 Łowcy nazistów (2)	0.10 Internetowy seksbiznes	0.20 II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie (8, 1-4) – dok.	23.55 Lepiej nie otwierać drzwi (9) – serial dokum.	1.55 Hotelowo rewolucja
23.15 Generacja cyborg – dok.		1.05 Australijscy poszukiwacze złota 6			4.15 Człowiek kontra jedzenie (2) – mag. kulin.

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

12.20 **Świadek historii**
 13.40 **Na dobre i na złe** (986) – serial obycz.
 14.35 **Na sygnale** (633, 634) – serial fab.-dokum.
 15.35 **Z ziemi włoskiej do Polski** – film dokum., Polska 2013
 15.50 **Płłka nożna: STS PP**
LIVE Górnik Zabrze – Raków
 16.50 **Teleexpress**
 17.00 **Płłka nożna: STS PP**
LIVE Górnik Zabrze – Raków
 18.30 **54. KFPP w Opolu** – Wariatka tańczy – 50 lat na scenie. Jubileusz Maryli Rodowicz – koncert
 19.30 **Program informacyjny 19.30**
 19.55 **Pytanie dnia** – publ.
 20.05 **Sport, pogoda**

TVP ROZRYWKA

10.40 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (7)
 11.45 **To jest grane** (89)
 12.20 **Prywatne życie zwierząt 14** (8)
 12.45 **Program rozrywkowy Daję słowo** – Maciej Orłoś 2 (39)
 13.00 **Postaw na milion**
 15.50 **Va banque** (934, 935)
 17.00 **Koło fortuny** (1977) – teleturniej
 17.35 **Program rozrywkowy Domowe patenty 2** (2) – mag. poradnikowy
 17.50 **Historia świata według Kabaretu Moralnego Niepokoju** (1, 2)
 19.45 **M jak majówka** (1, 2)

POLSAT CAFÉ

6.00 **Przyjaciółki** (35, 36) – serial obycz., Polska
 8.00 **Bogaty dom – biedny dom** (119, 159) – reality show, Polska
 10.00 **Polacy za granicą – miłość** (11, 12) – serial dokum.
 12.00 **Shopping Queens. Królowe Zakupów** (29, 30) – program rozrywkowy
 14.00 **Ani słowa pannie młodej** (3, 4) – serial dokumentalny, Polska
 16.00 **Kolacja w ciemno** (20, 21) – program rozrywkowy
 18.00 **Nasz nowy dom** (274, 275) – reality show, Polska

TV 4

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (173) – reality show
 7.00 **Galileo** (1098, 1099) – popularnonaukowy
 9.05 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn
 9.30 **A na deser...** (10) – magazyn kulinarny
 9.35 **Galileo** (1100, 1190, 1191) – program popularnonaukowy
 12.35 **Mini Galileo** (3) – pr. popularnonaukowy
FILM 12.55 **Kod nieśmierćności** – thriller s.f., USA/Francja 2011, reż. Duncan Jones, 120 min
 14.55 **Policjantki i Policjanci** (1401-1405) – serial obycz., Polska 2026

TTV HD

9.45 **Express** – pr. inform.
 10.05 **Nic do zgłoszenia 3** (6) – serial dokum., Pol.
 11.05 **Nic do zgłoszenia 4** (3) – serial dokum., Pol.
 12.05 **Zakup w ciemno extra** (35)
 12.35 **Zakup w ciemno 7** (34-36) – reality show
 15.45 **Express** – pr. inform.
 16.05 **Idź na całość 2** (23)
 17.05 **Zakup w ciemno extra** (35)
 17.45 **Express** – pr. inform.
 18.05 **Kanapowczynnie 3** (10) – pr. rozrywk.
 19.05 **Zakup w ciemno extra** (34)
 19.45 **Express** – pr. inform.
 20.00 **Idź na całość 2** (22)
 21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 21** (1)

TVN STYLE HD

5.20 **Związki z modą** (1) – program rozrywkowy
 6.15 **Co za tydzień** – mag.
 6.50 **Niezwykłe Stany Prokopa 6** (8-ost.) – program rozrywkowy
 7.45 **Dzień Dobry TVN**
 11.30 **Dzieci świata** (5)
 12.00 **Jestem z Polski** (13, 14, 12) – dok., Pol.
 14.55 **Babski biznes** (4)
 15.50 **Ostre cięcie 12** (6) – program rozrywkowy
 16.45 **Do zobaczenia 2** (8) – mag. poradnikowy
 17.15 **Bitwa o gości** (7) – reality show
 18.15 **Niezwykłe Stany Prokopa** (3) – pr. rozr.
 19.10 **Kuchenne rewolucje** (12, 13) – program rozrywkowy

20



20.20 **Dewajtis 6** – Polska 2023

W zagrodzie Marka wybucha pożar. Mieszkańcy Sądwiłow, Skomontów i Poświęca spieszą na ratunek. Czertwan się załamuje. Irena stara się okazać mu wsparcie.

21.15 **Sanatorium miłości 8** (8)
 22.05 **Koncert muzyki filmowej** (2)
 23.15 **Tajemnica Enigmy** (4) – serial hist., Polska
 0.05 **Laskowik & Malicki** – niedziela wieczór
 1.00 **Dama pikowa**
FILM – film obycz., 30 min



21.50 **Postaw na milion**

W każdej grze bierze udział dwoje uczestników. Dostają milion złotych. Żeby go nie stracić, muszą poprawnie odpowiedzieć na osiem pytań. Prowadzi Lukasz Nowicki.

23.50 **Koło fortuny** (1977, 1971) – telet.
 0.55 **Kabaret. Super Show Dwójki 3** (27) – program rozrywkowy
 1.55 **Rodzina, ach, rodzina** (10) – pr. rozr.
 2.50 **Kabaretomania** (10, 11) – pr. rozrywk.
 4.30 **Program rozrywkowy**



20.00 **Love Island. Wyspa miłości** (264-266)

Przez sześć tygodni widzowie śledzą perypetie singli i singlek. W rajskiej scenerii Costa del Sol rodzą się kolejne relacje. Przygotów uczestników śledzi Karolina Gilon.

23.00 **Gry małżeńskie** (116) – reality show
 0.00 **Love Island. Wyspa miłości** (314, 315) – reality show
 2.00 **Gry małżeńskie** (117, 118) – reality show, Polska
 4.00 **Zdrady** (22, 23) – serial paradokum.



20.00 **Sprawiedliwi**

– Wydział Kryminalny (1020-1023) – Pol. 2026
 Mikołaj trafia do szpitala. W jego mieszkaniu Izabela i Barbara natrafiają na hurtowe ilości mefykamentów oraz telefon, który naprowadza je na trop lekarza.

0.00 **Gwiazdy Kabaretu** (175, 173) – pr. rozr.
 2.05 **STOP Drogówka** – magazyn policyjny
 3.15 **Intervencja** – mag.
 3.25 **Lubię disco!** (265)
 4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.



22.00 **Boys, boys, boys** (1)

Chłopaki wybierają się na city break do Palermo. Wcześniej podróżują śladami „Ojca Chrześnego” do Corleone. Wcześniej spędzają na wspólnym karaoke.

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (2)
 0.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 24** (10)
 1.00 **Diabłynie boskie 3** (11, 12) – reality show
 1.55 **Zapukaj do moich drzwi** (108, 109)
 3.35 **Detektywi** (121)
 4.20 **Gogglebox. Przed telewizorem 7** (5)



21.05 **Królowa przerwania 3** (9)

Małgorzata Rozenek-Majdan obserwuje konflikt, jaki narasta między Iloną a Moniką. Dochodzi do zmiany liderki drużyny. Przywódczyni rywalek przechodzi trudny test.

22.25 **Skok na głęboką wodę** (8) – pr. rozr.
 23.20 **Ślub od pierwszego wejrzenia** (7, 8)
 1.20 **Pani gadziet erotycznie** (1, 2)
 2.20 **Apetyt na miłość** (2)
 3.55 **Dieta czy cud?** (2)
 4.30 **Wiem, co jem na diecie** (3) – mag.

TVP HD

8.55 **Ojciec Mateusz 10** (130, 131) – krym., Pol. 2013
 10.45 **Czy wiesz, że?** (266)
 11.20 **Na sygnale** (525, 526)
 12.25 **Ojciec Mateusz 31** (404)
 13.20 **Komisarz Alex 7** (84)
 14.15 **Rancko 5** (53, 54) – obycz.
 16.10 **Muppety**
FILM **na Manhattanie** – kom., USA 1984, 130 min
 18.20 **Ojciec Mateusz 20** (252)
 19.20 **Rancko 7** (83-85) – obycz.
 22.20 **Hercules** – film przyg., USA 2014, 110 min
 0.10 **PitBull** (2-4) – serial sens.
 3.05 **Śniadanie u Tiffany'ego**
FILM – komediodramat, USA 1961, 140 min

TVS

6.00 **Telesprzedaż**
 7.00 **Pogoda**
 7.05 **Kluchy i Lachy** – pr. rozr.
 7.40 **Koncert zyczeń**
 9.25 **Muzyczne dzień dobry**
 10.05 **Przy muzyce po Śląsku**
 11.00 **Kluchy i Lachy** – pr. rozr.
 11.20 **Muzyczne podróże**
 Karoliny Treli – pr. rozr.
 12.25 **Przy muzyce po Śląsku**
 13.35 **Kluchy i Lachy** – pr. rozr.
 14.00 **Szlagierowa lista** – muz.
 16.00 **Koncert zyczeń**
 17.45 **Przy muzyce po Śląsku**
 18.25 **Śląska karuzela** – muz.
 19.55 **Koncert w TVS** – pr. muz.
 23.45 **Szlagierowa lista** – muz.
 1.40 **Pasma ciekawostek**

ZOOM TV

8.50 **Jakubiak rozgryza Polskę 2** (3-5) – mag. kulin.
 10.20 **Wojciech Cejrowski** – boso przez świat
 13.50 **Cztery pancerni i pies** (1, 2) – wojenny, Pol. 1966
 16.30 **Potop Redivivus** – film hist., Polska 2014, 220 min
 20.10 **Igrzyska śmierci**
FILM – dramat s.f., USA 2012, reż. Gary Ross, 180 min
 23.10 **Adam szoka Ewy. Niemcy 3** (1) – pr. rozrywk.
 1.10 **Magia nagości. Finlandia 4** (6) – pr. rozr.
 1.50 **I love kabaret** (5-7) – rozr.
 4.55 **Jakubiak rozgryza Polskę 2** (4, 5) – mag. kulin.

TLC

11.00 **Kiedy dzieci mają dzieci 5** – serial dok., USA
 12.00 **Jyoti: najmniejsza kobieta świata** – film dok.
 13.00 **Rodzina 10+ 8** – pr. rozr.
 14.00 **Klinika bez tajemnic** (7)
 15.00 **Klinika urodzę gwiazd** (2)
 15.30 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 2** – reality show
 17.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 8**
 20.00 **Niepokonani** (3) – dok.
 21.00 **Twarz od nowa** – dok.
 22.00 **Skórce na ratunek 8**
 23.00 **Pogromcy guzów**
 0.00 **Dz Pryszczylla 4** – dok.
 1.00 **Niepokonani** (3) – dok.
 2.00 **Twarz od nowa** – dok.

C+ KUCHNIA HD

12.50 **Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii** (7, 8)
 14.45 **Dzień dobry, obiad 2**
 15.40 **Zgrillowani 2** (5) – mag.
 16.05 **M jak mięso 3** (7, 8) – dok.
 16.55 **Jamie Oliver: gotuj sezonowo** (1) – mag. kulin.
 17.55 **Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodzę**
 18.50 **Włoska kuchnia Gino: Piękno tradycji** (5, 6)
 19.50 **Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii** (7, 8) – serial dok.
 20.45 **Ziemia, ogień i smak** (2)
 21.40 **Poza utartym szlakiem: Colin i Manu** (5) – dok.
 22.35 **Kulinarne szlaki: Południowa Afryka**

TVN TURBO

8.55 **Samochód marzeń** – kup i zrób 6 (2) – mag.
 9.50 **Naprawy nie do naprawy** (4) – mag.
 10.35 **Moto kombat** (9) – mag.
 11.15 **Ciężarówka przez Chile**
 12.15 **Moto Factory** (9) – mag.
 13.00 **Jęzdził, obserwowac?** (2)
 13.45 **Zawodowi handlarze**
 15.10 **Wojsy samochodowe**
 17.00 **Uwaga! Oszust: Ścieżka z ogłoszenia** (1, 2) – rozr.
 18.00 **Ciężarówka przez Malezję** (6-9) – serial dok.
 21.35 **Ciężarówka przez Chile**
 22.35 **Naprawy nie do naprawy** (8, 1, 2)
 0.45 **Zawodowi handlarze** (8)

NOWA TV

6.55 **Wehikul czasu** (502, 503)
 7.30 **Intervencja** – taka jest Polska (567) – mag.
 8.20 **Frien. U kresu drogi**
 9.30 **Dragon Ball Z Kai 2** (1-7)
 13.00 **One Punch Man** (11, 12)
 14.00 **Co ludzie powiedzą? 3** (22, 23) – serial komediowy
 15.20 **Co ludzie powiedzą? 4** (24) – serial kom., Wlk. Bryt.
 16.00 **Miodowe lata** (29-33)
 19.45 **Poirtor** (7-10) – serial krym.
 0.00 **Ślad** (65) – krym., Pol. 2019
 1.00 **Łowca pedofilów**
 3.00 **TV okazje** (79, 80)
 3.50 **Wehikul czasu** (502, 501)
 4.00 **Sala operacyjna** (5, 7)
 5.00 **Pod lupą MIGACZ** (3, 4)

METRO

8.00 **Klan z Alaski** (7, 8) – dok.
 10.00 **The Floor** (11, 12) – telet.
 11.15 **Ziomowisko PL 4** – dok.
 13.50 **Gwiazdy lumpsów**
 13.55 **Kryminalni 4** (12, 13)
 16.00 **Niezwykłe Stany Prokopa 5** (7) – pr. rozr.
 17.00 **Mam talent!** (10) – pr. rozr.
 19.25 **Magda gotuje internet**
 20.00 **Terror w Berlinie** – thriller, Niemcy 2017, 120 min
FILM 22.00 **Zabójca brzo 4** – film sens., USA 1998, 150 min
 0.30 **Kuba Wojewódzki** (9)
 1.40 **Szpital** (687, 686)
 3.15 **Szkoła** (793, 787)
 4.45 **Nowa Maja w ogrodzie 2** (36, 37)

ANTENA HD

8.40 **Wojciech Cejrowski** – boso przez świat
 11.55 **Australijscy poszukiwacze złota 6**
 16.00 **Gdzie tu coś zjesz?** (2, 3)
 18.00 **Polska. Największe tajemnice 2** (7) – pr. rozr.
 19.00 **77 TV 5** (24) – pr. rozrywk.
 19.58 **Czas na pogodę** – pr. inf.
 20.00 **Morderstwa we Francji**
FILM – Front-Romeu – film krym., Fr. 2023, 125 min
 22.05 **Przeprowadnia** – thriller, FILM USA 2002, reż. Mark Pellington, 140 min
 0.25 **Kryminal: Gliny** (7-10)
 2.30 **Kryminal Wronki** (1-4)
 4.25 **Kabaretowy szal** (8)

WP

9.05 **Komisarz Cassandre: Zbrodnia w Alpach** (3)
 11.00 **Pokochaj lub sprzedaj 6**
 12.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5** (8) – dok.
 13.00 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4** (9)
 14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5** (9) – dok.
 15.00 **Policjanci w akcji** (7, 8)
 17.00 **Policjanci z sąsiedztwa 2** (10) – dok.
 18.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2**
 19.00 **Policjanci z sąsiedztwa 8** (1-3)
 21.55 **Przebojowe kabarety**
 0.00 **Mistrzowie Kabaretu 4**
 1.00 **1, 2, 3... Kabaret!** (2, 3)

C+ DOMO HD

14.05 **Cuda z drewna** (9)
 16.00 **Przekopię Ci ogródek** – serial dokum.
 16.30 **Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 9** (8)
 17.05 **Meblokacje** (5) – mag.
 17.35 **Dom w miesiąc** (6) – dok.
 18.00 **Daleko od miasta** (9, 10) – serial dokum., Pol.
 19.00 **Podzielić M2** (5, 6) – mag.
 20.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia** (8) – serial dok.
 21.00 **Wielkie projekty: Szwecja 5** (1) – serial dok.
 22.00 **Kupiliśmy sobie zamek – damy radę** 2 (3) – dok.
 22.55 **Wielkie domy do liftingu 2** (7) – dok.

HGTV

9.55 **Z miłości do ogrodu 3**
 11.00 **Zróbmy sobie dom** (9)
 12.05 **Odlotowy ogród** (5, 6)
 13.10 **Domy z potencjałem: dom w Górach Skalistych** (1-3) – pr. rozr.
 16.05 **House Hunters – Poszukiwacze domów 6** (5-9) – pr. rozr.
 18.55 **Prawdziwi ludzie, prawdziwe remonty**
 19.50 **Weekendowa metamorfoza 3** (7) – rozr.
 20.45 **Weekendowa metamorfoza** (8) – pr. rozr.
 21.40 **Mieszkanie na miarę**
 23.35 **Letnia chata na lata 13**
 0.30 **Sprzątaczkki** (1-3) – obycz.

POLSAT 2 HD

- 5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (243) – reality show
7.30 Ewa gotuje (567, 568) – magazyn kulinarny
8.30 Z Klimatem i z pasją (240) – program publicystyczny
9.00 Dłaczego ja? (1343-1347) – serial paradokumentalny, Polska 2024
14.00 Sekrety rodziny (116) – serial paradokumentalny, Polska 2018
15.05 Więzienie kobiet (89-92) – serial dokumentalny, Polska 2024-2025
16.55 Nasz nowy dom (355) – reality show

SUPER POLSAT DVB-T2

- 6.05 Wydarzenia
6.40 SuperLudzie (40) – serial dok., Pol. 2019
7.15 Byli sobie podróżnicy (11-15) – serial animowany, Fr.
10.00 Piotruś Królik 2: Na gigantach – film przygodowy, Australia/Indie/USA 2021, reż. Will Gluck, 115 min
11.55 Świat według Kiepskich (97, 543-547) – serial komediowy, Polska
15.00 Złomiarze (3, 4) – serial dok., Pol. 2024
17.00 Świat według Kiepskich (548-551) – serial kom., Pol. 2019
19.00 Kolacja w ciemno (56, 57) – pr. rozrywk.

TV 6 DVB-T

- 6.00 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata (20-23) – anim., USA 2015-2018
7.55 Na fail – anim., USA 2007, 100 min
9.35 Cobra Kai (44, 45) – przyzg., USA 2022
11.10 Magnum: Detektywy z Hawajów 5 (92-94) – serial sensacyjny, USA 2023
14.00 Poirot (9, 10) – serial kryminalny, Wielka Brytania 1989
16.10 Columbo (2, 1) – serial kryminalny, USA
Detektywy prowadzi śledztwo w sprawie śmierci ucznia słynnego twórcy muzyki filmowej.

BBC FIRST HD

- 6.00 Z pamiętnika położnej 5 (5, 6) – serial obyczajowy
7.50 Duchy 4 (3-6) – serial komediowy, Wlk. Bryt.
10.30 Morderstwa w Midsomer 22 (5) – krym., Wlk. Bryt. 2020
12.25 Ojciec Brown 3 (6-8) – krym., Wlk. Bryt. 2015
15.25 Powrót do raję (5, 6) – serial kryminalny
17.45 Z pamiętnika położnej 14 (6) – serial obyczajowy
18.50 Śmierć pod palmami 15 (7) – serial krym., USA/Wlk. Bryt./Francia 2026
19.55 Śmierć pod palmami 8 (1) – krym., Wlk. Bryt./Fr.

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB-T2

- 7.05 Przyjaciele Misia i Margolci (63)
7.30 Świnka Peppa 11
7.40 Dolina Muminków
8.05 44 Koty (88) – anim.
8.20 Jak borsuk z lisem 2
8.30 Wissper (5-7) – anim.
9.00 Piotruś Królik 2
9.30 Domisie – dla dzieci
10.00 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (113) – mag.
10.20 Bolek i Lolek (10, 11)
10.45 Reksio (59, 60)
11.05 Male i duże przygody Miffy 2
11.20 Świnka Peppa
11.35 Sztykajkowie
11.55 Strażak Sam (1, 2)
12.25 Domisie – dla dzieci
12.55 Halo, halo! (17)
13.00 Kocie kalamburki
13.05 Hulahoo

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24 HD

- 6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.50 Kadr na Kino – magazyn filmowy
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
15.30 Ranking Mazura – program inform.
16.00 Fakty po południu – program informacyjny
18.00 Dwie strony – program informacyjny
19.05 Kadr na Kino – magazyn filmowy
19.15 Serwis informacyjny
19.25 Fakty po Faktach – program informacyjny
20.00 Superwizjer – magazyn reporterów

KOMEDIA



18.15 Jak rozpełtałem II wojnę światową (1-3) – Polska 1969, 285 min

Szeregowiec Franek Dolas jest pewien, że strzałem na granicy polsko-niemieckiej rozpoczął wojnę. Trafia do obozu jenieckiego, skąd próbuje się wydostać.

23.00 Bad Boys for Life (FILM) – komedia sens., USA/Meksyk 2020, 160 min

- 1.40 Wydarzenia 18.50
2.20 Ewa gotuje (470-472) – magazyn kulinarny
4.10 SuperLudzie (7) – serial dok., Pol. 2019

THRILLER



21.10 Anakonda – USA/Brazylia/Peru 1997, reż. Luis Llosa, 105 min

W amazońskiej dżungli ekipa dokumentalistów przygotowała film o plemieniu Indian. Ich przewodnikiem jest myśliwy, który próbuje upolować olbrzymią anakondę.

22.55 Wojna o planetę maip – film s.f., USA/Kanada/Nowa Zelandia 2017, 180 min

- 1.55 Backdoor. Wyjście awaryjne (3) – kom.
2.25 Świat według Kiepskich (132, 103, 347) – kom.

KRYMINALNY



20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (141, 142) – USA

Dzień po wyjściu z więzienia umiera Jim Faber, który w zakładzie karnym spędził osiem lat. Mężczyzna zginął, upadając ze skutera do wody. Ekipa Horatia bada sprawę.

- 22.00 Kości (53, 54) – krym.
0.00 Babilon A.D. – film s.f., USA/Fr./Wielka Brytania 2008, 125 min
2.05 Krejzi patrol (36)
2.40 Kochane pieniądze (11-13) – paradok., Pol.
5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.

KRYMINALNY



21.00 Dyplomatyki (3) – Wielka Brytania 2023
Laura, prowadząc śledztwo w sprawie Sutherlanda, niespodziewanie zyskuje pomoc. Alba, która pozostała w biurze, boryka się z nieoczekiwanymi trudnościami.

- 22.00 Miłczący świadek 28 (7, 8) – krym., Wlk. Bryt. 2025
0.10 Ojciec Brown 13 (3)
1.15 Śmierć pod palmami 8 (1) – krym.
2.20 Miłczący świadek 28 (7, 8)
4.25 Morderstwa w Midsomer 22 (5)

ANIMOWANY



13.20 Pszczółka Maja To-Ksi-Kant wzywa na pojedynkę Piotra. Nagrodą jest przywództwo nad mrówkami.

- 13.50 Lupin wśród bajek
14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham (19, 20)
14.30 Świnka Peppa 8 (23, 24) – serial anim.
14.40 Topo Gigio (21, 22)
15.10 Rozmowy na dwie głowy (2) – widowisko
15.15 Zwierzaki Czytaki
15.35 Księga Ksiąg 5 (63)
16.10 Kosmo-kumple
16.35 Ricky Zoom
17.05 Super Wings...

INFORMACYJNY



21.00 Ranking Mazura Maciej Mazur podsumowuje wydarzenia tygodnia ze świata polityki, sportu i show-biznesu. Układa z nich swoistą „listę przebojów” złożoną z 10 pozycji.

- 21.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
22.00 Szkoła kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.00 Fakty po Faktach
0.40 Superwizjer – mag.
1.40 Ranking Mazura
2.05 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
2.25 Akademia ogrodnika – mag.

POLSAT PLAY HD

- 9.35 Poszukiwacze historii
10.00 Kolaboranci Hitlera (1)
11.05 Świat po klęsce Hitlera (1, 2) – film dokum., Fr. 2024
13.10 Historia niemieckich czołgów – film dokum.
14.15 1945 – rok, który odmienił historię – dok.
15.35 Tajna historia XX wieku
16.00 Niezwykłe pociągi (5)
17.00 Polacy za granicą (152)
18.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi
21.05 Wakacje z Bałtykiem
22.00 Polacy za granicą
0.10 Łowca pedofili (5)
1.50 Ziemiem na ryby!
2.50 Dorwać tuńczyka

FOOD NETWORK HD

- 12.20 Kuchnia jak u mamy
13.35 Śródziemnomorski przepis na zdrowie (1, 2)
14.35 Rodzinne przepisy Joanny: prosto z farmy
15.40 Kobieta na Dzikim Zachodzie (5, 6) – mag.
16.45 Z wizytą u iny (3, 4)
17.50 Wiosenny turniej wtopięk (4)
18.50 Dziwne potrawy (2)
19.45 Człowiek kontra jedzenie (10-12) – mag.
21.15 Kuchenne rewolucje (10, 11) – program rozrywk.
23.25 Gdzie zjeść we Włoszech (1, 2) – dok., Wł.
1.35 Mordercza kuchnia (5, 6)

POLSAT RODZINA HD

- 10.00 Bogaty dom – biedny dom (108, 109)
11.55 Rodzina zastępcza (112-115) – kom., Pol. 2002
14.20 Tajemnice Bałtyku i Morza Północnego (3, 4)
16.30 Świat z góry (5) – dok.
17.05 Sasiedzi (64, 65) – anim.
17.30 Pingwiny z Madagaskaru (27-29)
19.00 Co ludzie powiedzą? (16, 31, 32) – serial kom.
21.00 Miodowe lata (56) – kom.
21.50 Goniwa – dramat obycz.
FILM Australia 2011, 130 min
0.00 Hitler i jego obsesja bezpieczeństwa – dok.
1.25 Naziści – wcielone zło

BBC LIFESTYLE HD

- 10.55 Wielkie nowozelandzkie wypieki 2 (1-3) – pr. rozr.
15.00 Maledzja dla smakoszy z Justine Schofield (1)
15.30 Wielkie amerykańskie wypieki 5 (5) – pr. rozrywk.
16.30 Życie w Dubaju (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt. 2022
18.40 Hiszpański remont Amandy i Alana (7, 8)
19.55 Wielkie kanadyjskie wypieki (7, 8) – pr. rozr.
21.50 Irlandia: wspaniała podróże (2) – dok., Wlk. Bryt.
22.50 Prawicowe Amerykanki (1) – film dokum., Wlk. Bryt.
0.00 Wstydliwe choroby 6 (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt.

NICK JR. HD

- 14.45 Zwierzęce zagadki (12, 2)
15.36 Świnka Peppa 6 (6, 7)
15.46 Świnka Peppa 7 (6)
15.55 Świnka Peppa 8 (6)
15.55 Świnka Peppa 6 (1, 8)
16.10 Blaze i Megamaszyn 7
16.40 Psi Patrol 2 (2) – anim.
17.00 Rubble i jego ekipa 3 (1)
17.30 Pan Krokodyl (2) – anim.
18.00 Barabapa i jego rodzinka (10) – serial anim.
18.25 Tim Rex wśród gwiazd 2
18.55 Dora 3 (11) – serial anim.
19.25 Przygody Misia Paddingtona (26, 16)
20.00 Świnka Peppa 7 (2-6)
20.30 Barabapa i jego rodzinka 2 (8, 3-5) – 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 Debaty polityczna – publ.
19.15 Prezydenci i premierzy
19.50 Dobry wieczór, Polsko
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

- 12.30 Pięknie przyprowadzona 5
13.00 Sanatorium miłości 8 (7)
14.00 Rodzinka.pl (108, 109)
15.00 Tańcząca ze światem – Tunezja (5) – magazyn
15.30 Ojciec Mateusz 25 (319, 320) – krym., Pol. 2021
17.25 Mury – film dok., Pol. 2022
18.30 Organek pod prąd na dobry wieczór
19.30 Miłość, ślub i inne nieszczęścia – komedia romant., USA 2020, 105 min
21.15 Bardotka (1) – biograf., Fr.
22.20 Judy – dramat biograf., Wlk. Bryt./USA 2019, 120 min
0.20 Miłość na deser – film obycz., Kan. 2021, 90 min

E! ENTERTAINMENT HD

- 8.00 Plastikowa fuzzerka (10)
9.50 Z kamerą u Kardashianów (5, 6)
11.40 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
13.30 Plastikowa fuzzerka
15.20 Z kamerą u Kardashianów (7, 8)
17.10 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
19.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
19.30 Plastikowa fuzzerka (4, 3) – serial dokumentalny
21.30 Z kamerą u Kardashianów (19, 9)
23.30 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.

TV TRWAM DVB-T

- 16.10 Historia PL
17.00 Polka – film dokum., Polska 2019
17.30 Przelamując bariery
17.55 Pectek wielkich Polaków – program hist.
18.00 Regina Coeli
18.05 Informacje dnia
18.15 W Naszej Rodzinie
19.30 Manna z Nieba
19.45 Modlitwa – religijny
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polskie punki widzenia
22.00 Warto być ojcem – mag.

BBC BRIT HD

- 6.00 Top Gear 18 (2-5) – mag.
10.00 Allo, allo 6 (8) – serial kom.
10.35 Allo, allo! 7 (1) – kom.
11.15 Tajny agent-wielobój
13.20 Ikony motoryzacji (6, 7)
15.20 Top Gear w Patagonii
18.00 Tajny agent-wielobój (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt.
20.00 Ikony motoryzacji (7)
21.00 Inżynierijne katastrofy 2 (3, 4) – dok.
23.00 Katar: państwo strachu – film dok., Wielka Brytania
0.05 Afganistan: kraj nie dla kobiet – dok., Wlk. Bryt.
1.10 Inżynierijne katastrofy 2 (3) – dok.
2.10 Top Gear 18 (2-5) – mag.

MINI MINI+ HD

- 13.21 Kicia Kocia 2 (9, 10)
13.37 Robotkowie (7, 8) – anim.
13.55 Moje urodziny – dla dzieci
14.00 Bing (69, 70) – serial anim.
14.20 Strażak Sam 16 (17, 18)
14.45 Looloo Kici (9) – anim.
15.01 Gazu, pieski, gazul (3)
15.28 Kicia Kocia (9, 10) – anim.
15.45 Jeżyk Happy (24, 25)
16.02 Marta mówi (32) – anim.
16.36 Mega Ekspres (29, 30)
16.56 Kiełkawi George 4
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.55 Blaze i megamaszyn 19.55 Smerfy (41) – serial anim.
20.20 Cloudy & Stormy (7, 8)
20.35 Dolina Muminków 3 (1)
21.01 Wierszyki domowe (8)

TVP 3 DVB-T2

- 13.00 Całkiem niezła historia
13.25 Wiosna na ROD'os – dok.
14.00 0 milimetr – magazyn
14.30 Program lokalny
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny
15.20 Program lokalny
19.25 LIVE Piłka nożna: Betclic SPORT 1. Liga: Miedź – Stal Mielec
21.30 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów – inf.
22.20 Pogoda
23.00 Kryminalna siódemka
23.00 0 milimetr – magazyn
23.30 Regiony na TAK – mag.
23.55 Panorama
0.25 Serwis Info Wieczór
1.05 Całkiem niezła historia

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

13.10 **Salon piękności**
KOMEDIA Fryzjerka Gina nie może się porozumieć z szefem. Zaciąga kredyty i otwiera własny zakład wraz z przyjaciółką. Początki są trudne. Reż.: Bille Woodruff, A: Queen Latifah, Alicia Silverstone, Kevin Bacon USA 2005 **135 min ▶ do godz. 15.25**

13.30 **Pęknięte lustro**
KRYMINALNY Do St. Mary Mead w Anglii przybywa ekipa filmowa z USA. Podczas powitalnego przyjęcia dochodzi do morderstwa. Reż.: Guy Hamilton, A: Angela Lansbury, Geraldine Chaplin, Tony Curtis Wlk. Bryt. 1980 **135 min ▶ do godz. 15.45**

15.35 **BFG: Bardzo Fajny Gigant**
FAMILIJNY Sophie nocą wstaje z łóżka. Widzi tajemniczą istotę, która zabiera ją z sierocińca do Krainy Olbrzymów. Reż.: Steven Spielberg, A: Mark Rylance, Ruby Barnhill, Penelope Wilton USA/Indie 2016 **135 min ▶ do godz. 17.50**

15.40 **Goście, goście**
KOMEDIA Wskutek niezwykłego zbiegu okoliczności do czasów współczesnych trafiają średniowieczny rycerz oraz jego wierny giermek. Reż.: Jean-Marie Poiré, A: Jean Reno, Christian Clavier, Valérie Lemercier Francja 1993 **135 min ▶ do godz. 17.55**

16.10 **Król Artur**
PRZYGODOWY V wiek. Rycerz i jego kompani podejmują się ostatniej misji. Stają do walki z wojskami saskimi. Bitwa odmieni losy Brytanii. Reż.: Antoine Fuqua, A: Clive Owen, Ioan Gruffudd, Mads Mikkelsen USA/Wlk. Bryt. 2004 **160 min ▶ do godz. 18.50**

19.55 **Pan Tadeusz**
KOSTIUMOWY Rok 1811. Tadeusz Soplica wraca do rodzinnego majątku. Poznaje smak miłości, a także odkrywa pewną rodzinną tajemnicę. Reż.: Andrzej Wajda, A: Michał Żebrowski, Andrzej Seweryn Polska/Francja 1999 **155 min ▶ do godz. 22.30**

21.00 **Bez urazy**
KOMEDIA Maddie ma problemy finansowe. Dostaje nietypową pracę. Musi nauczyć 19-letniego nieśmiałego Percy'ego prawdziwego życia. Reż.: Gene Stupnitsky, A: Jennifer Lawrence, Andrew Barth Feldman USA 2023 **130 min ▶ do godz. 23.10**

21.00 **Igrzyska śmierci: Kosogłos. Część 2**
SCIENCE FICTION Katniss przejmuje dowodzenie nad oddziałem 451. Zamierza zniszczyć zbrodniczy system. Reż.: Francis Lawrence, A: Jennifer Lawrence, Josh Hutcherson, Sam Claflin USA/Niemcy 2015 **175 min ▶ do godz. 23.55**



Szalona i rozrywkowa Maggie zamieszkuje w domu spokojnej i ułożonej Rose.



22.50 **Siostry**
KOMEDIODRAMAT Skłócone kobiety zyskują szansę na odbudowanie więzi dzięki spotkaniu z babcią.

HIT DNIA Mimo więzów krwi Maggie i Rose krańcowo różnią się temperamentem oraz charakterem. Cały świat atrakcyjnej Maggie kręci się wokół flirtów i mody. Tymczasem ambitna i pracowita Rose nie przywiązuje wielkiej wagi do swojego wyglądu, robi za to błyskotliwą karierę w cenionej kancelarii prawniczej. Nie mieści się w typowych kanonach piękna i nie jest zbyt towarzyska. Najchętniej spędza czas w swoim wygodnym apartamencie. Pewnego dnia wprowadza się do niej siostra, rujnując harmonię i stabilizację. W końcu Rose traci cierpliwość i wyrzuca ją z domu. Maggie jedzie na Florydę do

babci, przebywającej w ośrodku dla emerytów Elli. Tymczasem Rose rzuca pracę i postanawia wszystko wokół siebie zmienić. Ścieżki sióstr znów się krzyżują. Kobiety zyskują szansę na pojednanie. **HD 165 min ▶ do godz. 1.35**

USA 2005 Reż.: Curtis Hanson Wyst.: Cameron Diaz, Toni Collette, Shirley MacLaine, Mark Feuerstein, Ken Howard



20.00 **Godzilla**
SCIENCE FICTION Ford, mąż Elle (Elizabeth Olsen), dowiadyuje się, że jego ojca zatrzymano podczas próby wejścia do elektrowni atomowej. Bestia, nad którą przeprowadzono badania, ucieka. Do walki z nią staje Godzilla. Reż.: Gareth Edwards Wyst.: Aaron Taylor-Johnson USA/Jap. 2014 **HD 150 min ▶ do godz. 22.30**



20.00 **Atomic Blonde**
THRILLER Rok 1989, Berlin. Ginie szpieg. Skradziono listę podwójnych agentów, którą miał przy sobie. Sprawę ma rozwiązać Lorraine (Charlize Theron) z brytyjskiego wywiadu. Jej tropem podążają zawodowi mordercy. Reż.: David Leitch Wyst.: James McAvoy USA 2017 **HD 155 min ▶ do godz. 22.35**



20.00 **Księżna**
HISTORYCZNY Rok 1774. 17-letnia Georgiana Spencer (Keira Knightley) poślubia księcia Devonshire. Jej majątek, uroda i okazałe stroje szybko zwracają uwagę otoczenia. Małżeństwo nie należy jednak do udanych. Reż.: Saul Dibb Wyst.: Ralph Fiennes Wlk. Bryt. 2008 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



20.00 **Mój przyjaciel pingwin**
FAMILIJNY Unikający ludzi rybak Joao (Jean Reno) znajduje oblanego ropą dryfującego po oceanie pingwina. Zabiera go do domu. Zwierzę zmienia zgorzkniałego mężczyznę na lepszego. Reż.: David Schurmann Wyst.: Alexia Moyano USA 2024 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



20.00 **Mechanik: Prawo zemsty**
SENSACYJNY Płatny zabójca Bishop (Jason Statham) likwiduje mentora oskarżonego o zdradę. Gdy odkrywa, że został oszukany, postanawia się zemścić. Pomaga mu syn ofiary, Steve (Ben Foster). Reż.: Simon West Wyst.: Donald Sutherland USA 2011 **HD 115 min ▶ do godz. 21.55**



21.55 **Osaczony**
THRILLER Talley (Bruce Willis) dostaje meldunek o włamaniu do willi. Sprawa wymaga, by policjant wrócił do swojej dawnej profesji – negocjatora. Stawką gry z przestępcami jest bezpieczeństwo jego żony i córki. Reż.: Florent Emilio Siri Wyst.: Ben Foster USA 2005 **HD 135 min ▶ do godz. 0.10**

→ filmowe hity



Prezes skutecznie steruje działaniami podwładnych. Jego celem jest kontrola.

21.30 **Polityka**

TVN

OBYCZAJOWY Sceny z życia tych, którzy mają władzę. Ich kompromitujące sekrety wychodzą na jaw.

HIT DNIA

Jadwiga zostaje premierem. Prezes wyjaśnia jej, jak ma wykonywać obowiązki. Wypadek z udziałem kolumny rządowej ujawnia, jaki wpływ na policję i prokuraturę mają politycy. Wkrótce wybuchą kolejny skandal. Dotyczy on wysokich premii ministrów. Pozycją szefa gabinetu politycznego MON zaczyna cieszyć się Arek.

Upaja się władzą i wysokimi zarobkami. Swoje wpływy wykorzystuje m.in. w trakcie wizytowania jednostek wojskowych. Poseł Skiba, opowiadający się za tradycyjnymi wartościami, romansuje z atrakcyjną Julią.

HD 155 min ▶ do godz. 0.05

Polska 2019 **Reż.:** Patryk Vega **Wyst.:** Ewa Kasprzyk, Andrzej Grabowski, Maciej Stuhr, Antoni Królikowski

20.00 **Kung Fu Panda 4**

HBO

ANIMOWANY Dzielnny Po ma zostać duchowym przywódcą Doliny Pokoju. Niedźwiadek musi znaleźć śmiałka, który zastąpi go jako Smoczego Wojownika. Jego plany krzyżuje jednak władająca czarną magią Kameleona.

Reż.: M. Mitchell, S. Stine D.: Marcin Hycnar
Chiny/USA 2024 **HD** 95 min ▶ do godz. 21.35

20.00 **Maska Zorro**

AXN

PRZYGDOWY Kalifornia, XIX w. Don Diego de la Vega po 20 latach wychodzi z więzienia. Jego następcą zostaje złodziejczek Alejandro (Antonio Banderas). Zakochuje się on w córce gubernatora (Catherine Zeta-Jones).

Reż.: Martin Campbell **Wyst.:** Anthony Hopkins
USA 1998 **HD** 180 min ▶ do godz. 23.00

22.15 **Obwiniony**

TVP 2

OBYCZAJOWY Londyn. Harri Bhavsar (Chaneil Kular) jedzie pociągiem do swoich rodziców. Na stacji, z której wyruszył, dochodzi do zamachu bombowego. Mężczyzna zostaje błędnie zidentyfikowany jako terrorysta.

Reż.: Philip Barantini **Wyst.:** Lauryn Ajjufo
Wlk. Bryt. 2023 **HD** 95 min ▶ do godz. 23.50

22.50 **Zanim się pojawiłeś**

TVP 1

OBYCZAJOWY Energiczna Louisa (Emilia Clarke) zostaje opiekunką sparaliżowanego bogacza Willa (Sam Claflin). Odmienia zgorzkniałego mężczyznę. Chce, by znów zaczął cieszyć się życiem.

Reż.: Thea Sharrock **Wyst.:** Janet McTeer
Wlk. Bryt. 2016 **HD** 110 min ▶ do godz. 0.40

→ sport



14.00

TVP SPORT

Mistrzostwa świata sztafet – Gaborone 2026

LEKKOATLETYKA **LIVE** Zawody w Botswanie są dla sztafet najważniejszą drogą kwalifikacyjną do przyszłorocznych mistrzostw świata w Pekinie. Oby poszły nią nasze ekipy, w tym ta 4x400 m z Justyną Święty-Ersetic. **HD** 200 min ▶ do godz. 17.20



18.30

POLSAT SPORT 2

Liga Mistrzów siatkówki

SIATKÓWKA **LIVE** Pora na finał. W Stambule naprzeciw siebie staną zwycięzcy sobotnich starć pomiędzy Eczacıbasi i Savino Del Bene Scandicci, a także VakıfBankiem i broniącym tytułu Imoco Conegliano z Joanną Wołosz w składzie. **HD** 150 min ▶ do godz. 21.00

→ rozrywka



19.45

TVN

The Traitors. Zdraycy

REALITY SHOW Uczestnicy zastanawiają się, dlaczego Iza i Wojtek są poza kręgiem podejrzeń. Przy śniadaniu znów brakuje jednego z lojalnych, co podsyca napięcie. Malwina Wędzikowska zleca misję, której stawką jest kolacja prawdy. **HD** 105 min ▶ do godz. 21.30



19.55

POLSAT

Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami

TALENT SHOW Do rywalizacji stają półfinaliści. Może znajdzie się wśród nich Piotr Kędzierski, który zyskał sympatię widzów. W czółówce jest też wysoko oceniany przez jury Garmou Fall. **HD** 175 min ▶ do godz. 22.50



19.15

C+ SPORT

Sparta Wrocław – Unia Leszno

ŻUŻEL **LIVE** Drużyna z Dolnego Śląska na początku sezonu Ekstraligi imponowała formą. Pokonała Falubaz i Stal Gorzów. Beniaminek rozgrywek ma jednak atuty, które pozwalają mu postawić się faworytowi. **HD** 135 min ▶ do godz. 21.30



21.25

TVP 1

Sanatorium miłości 8

REALITY SHOW Udział w ćwiczeniach survivalowych na poligonie podsyca emocje tuż przed podjęciem decyzji o tym, kto z kim wybierze się na finałowy bal. Rozwój wydarzeń zaskoczy Martę Manowską. **HD** 50 min ▶ do godz. 22.15



21.55

ELEVEN SPORTS 1

Grand Prix Miami FORMUŁA 1

LIVE Czwarty wyścig w sezonie. Kibice przekonają się, czy Kimi Antonelli utrzyma formę z wygranych przez niego GP Chin i Japonii. Poprzednie zawody w Miami wygrał Oscar Piastri. Teraz nie będzie faworytem. **HD** 125 min ▶ do godz. 0.00

→ dokument



14.00

NATIONAL GEO.

Kosmiczne horyzonty

NAUKA Próba odpowiedzi na pytanie, jak ocalić Ziemię, gdy znajdzie się na kursie kolizyjnym z asteroidą. Zaprezentowane zostaną także zjawiska na innych planetach. **HD** 60 min ▶ do godz. 15.00

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.30 Sprawa dla reportera** – magazyn interwencyjny
- 6.20 Słownik polsko@polski** (687) – talk-show prof. Jana Miodka
- 6.55 Słowo na niedzielę**
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 8.00 Tydzień** – magazyn rolniczy
- 8.30 Życie po „Sanatorium miłości”** (8) – cykl reportaży, Polska 2026
- 8.55 Alternatywy 4** (4): Profesjonalisci – serial komediowy, Polska 1983
- 10.00 Ojciec Mateusz 35** (447): Obiekt – serial kryminalny, Polska 2026
- 11.00 Między ziemią a niebem** – magazyn
- 11.45 Święto Konstytucji 3 Maja** – transmisja, Polska 2026
- 13.25 Kapral Wojtek** – film krótkometrażowy, Polska/Wielka Brytania 2023
- 14.25 Dom** (14): Ta mała wionoczelistka – serial obyczajowy, Polska 1996
- Mietek źle znosi szykany przełożonych. Do jednostki przyjeżdża Gosia i załatwia mu przepustkę.
- 16.05 Dziedzictwo** (907) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.35 Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (36): Andrzej Seweryn – talk-show
- 18.40 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny
- 20.05 Sport, pogoda**

TVP 2 HD DV3 T2

- 4.50 Barwy szczęścia** (3369-3371) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 6.30 M jak miłość** (1929) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie** – pobudka – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.10 Domowe patenty 2** (2) – mag.
- 11.20 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** (63) – magazyn kulturalny
- 11.50 The Voice Kids 9** (15): Bitwa; Bitwa Sing Off – widowisko
- 14.00 Familiada** – teleturniej
- 14.35 Koło fortuny** (1818) – teleturniej
- 15.10 Szansa na sukces. Opole 2026** (1): Zwycięzcy „The Voice of Poland”
- Gwiazdami tego odcinka będą artyści znani z muzycznego talent show. W jednym miejscu po raz pierwszy w historii spotka się czterech zwycięzców różnych edycji programu: Mateusz Ziółko, Marcin Sójka, Krystian Ochman oraz Dominik Dudek.
- 16.15 Tak to leciało!** (78) – teleturniej muzyczny
- 17.15 Majówka na molo. Zakochani w piosence** – koncert
- W wyjątkowej scenarii sopockiego mola wystąpią solo i w duetach popularni artyści, m.in. Natalia Przybysz, Sławomir Uniątkowski, Ania Rusowicz, Natalia Muianga, Ewelina Flinta, Kacper Andrzejewski oraz Maciej Zakościelny. Koncert poprowadzi Filip Gurlacz.

polsat POLSAT HD DV3 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
- 10.50 Małolaty na obozie** – film familijny, USA 2007, reż. Fred Savage, wyk. Cuba Gooding Jr., Paul Rae, Richard Gant, Lochlyn Munro, 115 min
- FILM 12.45 Percy Jackson: Morze potworów** – film przygodowy, USA 2013, reż. Thor Freudenthal, wyk. Logan Lerman, Alexandra Daddario, Douglas Smith, Leven Rambin, 145 min
- Czerpiące z mitologii kino inspirowane powieścią Ricka Riordana. Nastoletni syn Posejdon dowiaduje się, że słabnie magiczna granica obozu dla półbogów. Wyrusza po złota runo.
- 15.10 Mastercard Off Camera 2026 – gala wręczenia nagród** (1, 2-ost.) – reportaż, Polska 2026
- FILM 16.10 Król Artur** – film przygodowy, USA/Wielka Brytania/Irlandia 2004, reż. Antoine Fuqua, wyk. Clive Owen, Ioan Gruffudd, Mads Mikkelsen, Keira Knightley, Hugh Dancy, 160 min
- Artur i jego drużyna służą Rzymianom. Kiedy po latach mają wrócić do ojczyzny, dostają ostatnie zadanie do wykonania. Mają wyprowadzić rodzinę cesarskiego dostojnika z terenów zajętych przez Sasów.
- 18.50 Wydarzenia, sport i pogoda**
- 19.35 Państwo w państwie** (611) – program publicystyczny

tvn TVN HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1626) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 6.50 Bitwa o gości** (8) – reality show
- 7.45 Dzień Dobry TVN** – magazyn
- 11.35 Co za tydzień** – magazyn kulturalny
- Olivier Janiak zagląda za kulisy wydarzeń ze świata sztuki i show-biznesu. Widzowie zobaczą relacje z premier filmowych, koncertów i pokazów mody. Poznają doniesienia z życia gwiazd.
- 12.20 Mam talent!** (11) – program rozrywkowy
- FILM 14.55 Koniec świata, czyli kogel-mogel 4** – komedia obyczajowa, Polska 2022, reż. Anna Wieczur, wyk. Katarzyna Łaniewska, Paweł Nowisz, Grażyna Błęcka-Kolska, Zdzisław Wardziej, 115 min
- Roman decyduje się na oświadczenie. W obecności bliskich prosi Agnieszkę o rękę. Chłopakowi przyjdzie pokonać liczne przeszkody, by stanąć na ślubnym kobiercu.
- FILM 16.50 Nie lubię poniedziałku** – komedia obyczajowa, Polska 1971, reż. Tadeusz Chmielewski, wyk. Kazimierz Witkiewicz, Jerzy Turek, Bogusz Bilewski, Mieczysław Czechowicz, 130 min
- Lata 70. XX wieku. Włoch Francesco przybywa do Warszawy. Już na lotnisku zaczyna przesładować go pech. W mieście przeżywa przygody, które splełają się z perypetiami innych ludzi.
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**

20

SZPIEGOWSKI



20.25 Wojna zastępcza (10): Eksplozja – Polska 2025

CIA ostrzega, że kwestia ukrytych w Polsce rosyjskich głowic może uniemożliwić jej przystąpienie do NATO. Artur i Sadowski odkrywają, że niedawna afery polityczna jest przykrywką dla operacji zagranicznego wywiadu.

- 21.25 Sanatorium miłości 8** (9) – reality show, Polska 2026
- 22.15 „Sanatorium miłości 8”. Kulisy programu** (9) – cykl fel.
- 22.20 Życie po „Sanatorium miłości”** (9) – cykl reportaży, Pol.
- FILM 22.50 Zakochana Jedynka: Zanim się pojawiłeś** – film obyczajowy, USA/Wielka Brytania 2016, reż. Thea Sharrock, wyk. Emilia Clarke, Sam Claflin, 110 min
- FILM 0.40 Kos** – dramat historyczny, Niemcy/Szwecja/Polska 2023, reż. Paweł Maślona, wyk. Jacek Braciak, Bartosz Bielenia, 125 min
- FILM 2.45 Gdzie jesteś, Amando?** – dramat kryminalny, USA 2007, reż. Ben Affleck, wyk. Casey Affleck, Michelle Monaghan, Madeline O'Brien, 115 min
- 4.40 Jaka to melodia?** – telet. muz.

KOMEDIOWY



18.20 Pan Mama (53): Bałagan – Polska 2026

Sylwester ma kłopot z dziećmi, które nie chcą zajmować się obowiązkami domowymi. Szukają środków na opłacenie sprzątaczk. Miras i Bruno rozkręcają nowy biznes. Przekształcają pokój nastolatka w komórkę lokatorów.

- 18.55 Kocham Cię, Polsko!** (8) – program rozrywkowy
- 20.20 Postaw na milion** – teleturniej
- 21.20 Kwiatki polskie duże** – program publicystyczny
- FILM 22.15 Obwiniony** – dramat obyczajowy, Wielka Brytania 2023, reż. Philip Barantini, wyk. Lauryn Ajufo, Nitin Ganatra, Chaneil Kular, Frances Tomelty, 95 min
- 23.50 Krucjata 2. Znak bliźniąt** (7) – serial kryminalny, Polska 2024
- FILM 0.45 Co się zdarzyło w Las Vegas** – komedia romantyczna, USA 2008, reż. Tom Vaughan, wyk. Cameron Diaz, Ashton Kutcher, Rob Corddry, Lake Bell, 100 min
- 2.25 Akacyjowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015
- 3.15 Rodzinka.pl** – kom., Polska 2025

ROZRYWKOWY



19.55 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami (182)

Do półfinału tanecznej rywalizacji zakwalifikowały się najlepsze pary. Poziom w tej edycji programu okazał się wysoki. Wśród uczestników, którym udało się zdobyć najwyższe noty jurorów, był aktor Sebastian Fabijański.

- FILM 22.50 Siostry** – komediodramat, USA 2005, reż. Curtis Hanson, wyk. Cameron Diaz, Toni Collette, Shirley MaLaine, Mark Feuerstein, 165 min
- Incydent z przeszłości poróżnił nieodpowiedzialną Maggie i stateczną Rose. Siostry zyskują szansę na pojednanie dzięki babci, która pracuje w ośrodku dla emerytów. Poruszająca adaptacja powieści Jennifer Weiner.
- FILM 1.35 Być jak Kazimierz Deyna** – film obyczajowy, Polska 2011, reż. Anna Wieczur-Bluszcz, wyk. Przemysław Bluszcz, Gabriela Muskała, Marcin Korcz, Jerzy Trela, 140 min
- 3.55 Świat według Kiepskich** (563): Skarb Prezesa Piątka – serial komediowy, Polska 2019-2020

ROZRYWKOWY



19.45 The Traitors. Zdrzący (11)

Uczestnicy zastanawiają się, dlaczego Iza i Wojtek wciąż pozostają poza kręgiem podejrzanych. Stawką misji, którą zleca Malwina Wędzikowska, jest kolacja prawdy. Trzy rundy wyłonią zwycięzcę, który zaprosi wybraną osobę, by poznać jej prawdziwą tożsamość.

- FILM 21.30 Polityka** – film obyczajowy, Polska 2019, reż. Patryk Vega, wyk. Ewa Kasprzyk, Andrzej Grabowski, Anna Karczmarczyk, Antoni Królikowski, 155 min
- FILM 0.05 John Wick 3** – film sensacyjny, USA 2019, reż. Chad Stahelski, wyk. Keanu Reeves, Halle Berry, Ian McShane, Laurence Fishburne, 145 min
- 2.30 Superwizjer** – magazyn reporterów, 2026
- 3.10 Szpital św. Anny** (82) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 4.00 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 4.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11** (17) – serial kryminalny, USA/Kanada 2011
- 5.05 Jak to jest zrobione?** (1) – serial dokumentalny, Kanada 2013-2014

TVN 7 HD DVBT2

TV PULS HD DVBT2

PULS 2 HD DVBT2

NETFLIX

- 5.15 Szkoła (620)** – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 6.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2 (7)** – program rozrywkowy
- 6.55 Królik Bugs: Nowe konstrukcje (35-37)** – serial animowany, USA 2022
- 7.40 Dora i miasto złota** – film przygodowy, USA/Meksyk/Australia 2019, reż. James Bobin, wyk. Isabela Moner, Eugenio Derbez, Eva Longoria, Benicio Del Toro, 125 min Podczas szkolnej wycieczki Dora, jej kuzyn Diego i koledzy zostają uprowadzeni. Porywacze chcą wymusić na rodzicach dziewczynki, archeologach, żeby doprowadzili ich do zaginionego miasta Inków.
- 9.45 Ukryta prawda (1201, 1196-1199)** – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 14.45 Detektywi (298-300):** Modliszka; Seryjny; Zaufanie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 17.55 Vabank 2, czyli riposta** – komedia sensacyjna, Polska 1984, reż. Juliusz Machulski, wyk. Jan Machulski, Leonard Pietraszak, Witold Pyrkosz, Ewa Szykulska, 125 min Kramer poznaje w więzieniu Sztycę, który proponuje mu pomoc w ucieczce. Po kilku dniach jest już wolny. Rozpoczyna realizację planu zemsty na Kwincie. Postanawia zabić byłego kasjarza w pułapkę.

- 5.35 Taki jest świat 11 (18)** – program informacyjny
- 5.55 Don Matteo: Boski detektyw 13 (15-18)** – serial kryminalny, Włochy 2022
- 10.30 Robin Hood: Faceli w rajtachach** – komedia, Francja/USA 1993, reż. Mel Brooks, wyk. Cary Elwes, Richard Lewis, Roger Rees, Amy Yasbeck, 130 min
- 12.40 Mildred i mityczna pantera** – film przygodowy, Nowa Zelandia 2024, reż. Ant Timpson, wyk. Nell Fisher, Morgana O'Reilly, Millen Baird, Elijah Wood, 135 min Mildred marzy o zdobyciu dowodu na istnienie pantery z Canterbury. Gdy jej mama ulega wypadkowi, w życie dziewczynki wkracza nieobecny dotąd ojciec. Razem ruszają w podróż.
- 14.55 Pies** – komediodramat, USA 2022, reż. Reid Carolin, wyk. Channing Tatum, Ryder McLaughlin, Aavi Haas, Luke Forbes, 125 min Były żołnierz Jackson musi zawieźć wojskowego owczarka na pogrzeb jego pana. Jeśli wykona zadanie, wróci do służby. Podróż okazuje się wyzwaniem.
- 17.00 Forrest Gump** – komediodramat, USA 1994, reż. Robert Zemeckis, wyk. Tom Hanks, Robin Wright, Gary Sinise, Mykelti Williamson, 180 min Prostoduszny Forrest staje się bohaterem narodowym, słynnym sportowcem i przedsiębiorcą. Opowiada swoją historię przypadkowym ludziom.

- 6.00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (6)** – program rozrywkowy
- 6.55 Taki jest świat 11 (18)** – program informacyjny
- 7.20 Aukcja w ciemno 3 (2, 3)** – serial dokumentalny, USA 2013
- 8.20 Boso przez świat: Maniok; Łódź** – cykl reportaży, Polska 2009
- 9.35 Żandarm na emeryturze** – komedia, Francja/Włochy 1970, reż. Jean Girault, wyk. Louis de Funes, Michel Galabru, Claude Gensac, Jean Lefebvre, 125 min
- 11.40 Żandarm i kosmici** – komedia, Francja 1979, reż. Jean Girault, wyk. Louis de Funes, Michel Galabru, Jean-Pierre Rambal, Maurice Risch, 115 min
- 13.35 7 krasnoludków – Las to za mało!** – komedia, Niemcy 2006, reż. Sven Unterwaldt Jr., wyk. Cosma Shiva Hagen, Axel Neumann, Mirco Nontschew, Boris Aljinovic, 120 min
- 15.35 BFG: Bardzo Fajny Gigant** – film familijny, USA/Indie 2016, reż. Steven Spielberg, wyk. Mark Rylance, Ruby Barnhill, Penelope Wilton, Jemaine Clement, 135 min
- 17.50 Najpiękniejsze baśnie: Legenda o górskim olbrzymie** – film przygodowy, Norwegia 2017, reż. Mikkel Branne Sandemose, wyk. Vebjørn Enger, Elli Harboe, 130 min Espen, syn farmera, razem z braćmi wyrusza na niebezpieczną wyprawę. Aby uratować księżniczkę, muszą zmierzyć się z okrutnym trollem, Królem Gór



PSOTY
Trzynastoletnia Franja (Aleksandra Zagrodzka) czuje się samotna. Gdy jej mama potraça autem psa, ratuje zwierzaka i nadaje mu imię Sprytek. Gdy matka nie zgadza się na adopcję czworonoga, ucieka z domu. Publikuje filmy z udziałem zwierzaka w internecie, a jej pupil szybko staje się gwiazdą.
►film familijny, Polska 2025; 99 min



RADIOAKTYWNY KRZYSZ
Brazylia. W 1987 roku w opuszczonym szpitalu zbieracze ziomu natrafiają na tajemniczą substancję. Kiedy radioaktywny materiał zaczyna krążyć między kolejnymi osobami, naukowcy i lekarze muszą podjąć dramatyczną walkę z czasem. Usiłują powstrzymać katastrofę i ocalić życie tysięcy ludzi.
►katastrof. (5 odc.), Brazylia 2026

SCIENCE FICTION



- 20.00 Godzilla** – USA/ Japonia 2014, 150 min Żołnierz Ford dowiaduje się, że jego ojca zatrzymano podczas próby wejścia do objętej kwarantanną elektrowni. Odkrywa, że chce on poznać prawdę o wypadku sprzed 15 lat, w którym zginęła jego żona. Wychodzi na jaw, że na terenie kompleksu prowadzone są badania nad potworem.
- 22.30 Na własną rękę** – film sensacyjny, USA 2002, reż. Andrew Davis, wyk. Arnold Schwarzenegger, Francesca Neri, Elias Koteas, Cliff Curtis, 135 min
- 0.45 Grunt to rodzinka** – komedia sensacyjna, Francja 2004, reż. Alain Berbérian, wyk. Christian Clavier, Jean Reno, Caterina Murino, Didier Flamand, 105 min
- 2.30 Żyjąc z potworem 6 (15)** – serial dokumentalny, USA 2021
- 3.20 Usterka 11 (26)** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
- 3.55 Fachowcy (2)** – serial paradokumentalny, Polska 2017
- 4.30 Dorota was urządzi!** (6) – program rozrywkowy

SENSACYJNY



- 20.00 Niedziela z gwiazdami: Mechanik: Prawo zemsty** – USA 2011, 115 min Arthur Bishop jest mistrzem w krwawym fachu. Nigdy nie łamie zasad. Pewnego dnia przyjmuje zlecenie zlikwidowania swojego mentora i przyjaciela. Wykonuje egzekucję na człowieku oskarżonym o zdradę. Niebawem odkrywa, że padł ofiarą manipulacji. Postanawia więc wziąć odwet. Jego sprzymierzeńcem zostaje syn ofiary, który pragnie pomścić ojca.
- 21.55 Osaczony** – thriller, USA/Niemcy 2005, reż. Florent Emilio Siri, wyk. Bruce Willis, Kevin Pollak, Jimmy Bennett, Michelle Horn, 135 min Jeff Talley dostaje meldunek o włamaniu do willi. Sprawa wymaga, by policjant spróbał do swojej dawnej profesji – negocjatora. Stawką gry z przestępcami jest bezpieczeństwo jego żony i córki.
- 0.10 Badh** – film sensacyjny, Francja 2025, reż. Guillaume de Fontenay, wyk. Emmanuelle Bercot, Marine Vacth, Niels Schneider, Slimane Dazi, 115 min
- 2.05 Zobacz to!** – pr. powtórkowe

FAMILIJNY



- 20.00 Mój przyjaciel pingwin** – Brazylia/USA/ Hiszpania 2024, 120 min Zgorzkniały rybak Joao znajduje obłąkanego olejem z wycieku pingwina, który dryfuje po oceanie. Poruszony jego losem postanawia mu pomóc i zabiera go do domu. Żona nie kryje zdziwienia, ale wkrótce staje się jasne, że decyzja o zaopiekowaniu się bezbronnym stworzeniem zmienia życie Joao na lepsze. Między starym rybakim i pingwinem tworzy się niezwykła więź. Pewnego dnia ptak znika.
- 22.00 Dzielnica strachu 10 (465-468)** – serial kryminalny, Polska 2025-2026 Grodziec i Nocoń badają sprawę morderstwa trenera florecistek. Ich uwagę zwraca nastolatka.
- 2.00 Lombard. Życie pod zastaw 9 (435, 436)** – serial obyczajowy, Polska 2021
- 4.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (107)** – Serial obyczajowy, Polska 2018
- 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (986)** – serial obyczajowy, Polska 2026



AWANTURA 2
Ashley (Cailee Spaeny) i Austin (Charles Melton) pracują w ekskluzywnym klubie. Przypadkowo stają się świadkami konfliktu między swoim szefem a jego żoną. Wplątani w ich problemy, próbują lawirować między przysługami i naciskami, by zyskać przychylność wpływowej właścicielki Klubu, Park.
►serial kom. (8 odc.), USA 2026



PEAKY BLINDERS: NIESMIERTELNY
Birmingham, rok 1940. Na czele gangu stoi syn Thomasa Shelby'ego (Cillian Murphy). Pelen gniewu przestępca zostaje wplątany w spisek, który przechyla szalę zwycięstwa na stronę nazistów. Na wieść o tym jego ojciec opuszcza miejsce wygnania, by ratować rodzinę i kraj.
►krym., Francja/USA 2026; 112 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+	CANAL+ PREMIUM	HBO
6.00 W 80 dni dookoła świata – film przyg., USA/Niemcy/Irlandia 2004, 120 min FILM	6.05 Czterdziestolatek (6, 7) – serial obycz., Polska 1974	9.05 Przystań nad Biblią 9.20 Mam dobry los 9.50 Republika dzieci – film familijny, 55 min 10.45 Pan wzywał, mildordzie? 4 (4)	6.30 Polska z góry 5 (6) – serial dok., Pol. 2020 7.00 Kot – film krótkometr. 7.15 Pan Tadeusz – film kostiumowy, Polska/Francja 1999, 175 min 10.10 Thelma i Louise. Smak wolności – film dokum., Fr. 2024 11.25 Cicha dziewczyna – dramat obyczajowy, Irlandia 2022, 125 min 13.30 Pęknięte lustro – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1980, 135 min 15.45 Układ – dramat kryminalny, USA/Wlk. Bryt. 2013, 120 min 17.45 Prawnik z Lincolnia – thriller, USA 2011, reż. Brad Furman, 145 min	8.15 Premierowa jazda – magazyn 8.30 Super pies i kot łotr – film animowany, Kanada 2025, 90 min 10.00 Gru i Minionki: Pod przykrywką – anim., USA 2024, 95 min 11.35 Ocean, nasz dom – film dokumentalny, Szwajcaria 2024 13.10 Morderstwo w ambasadzie – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min 14.35 Premierowa jazda – magazyn 14.50 Azyl – dramat biograf., Czechy/Wlk. Bryt./USA 2017, 125 min 16.55 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – studio	8.05 Jedynka plus – kom., USA 2025, 90 min 9.35 Shrek ma wielkie oczy – film anim. 10.00 Wojna o planetę małp – film s.f., USA/Kanada/Nowa Zelandia 2017, 140 min 12.20 Jumanji: Przygoda w dżungli – film przyg., USA/Australia/Indie 2017, 115 min 14.15 Kolejną zwyciężną przysługą – czarna komedia, USA 2025, reż. Paul Feig, 120 min 16.15 Green Book – dramat obyczajowy, USA 2018, 125 min 18.20 Sypiając z innymi – komediodramat, USA 2015, 100 min
PRZYGODOWY	FAB.-DOKUM.	DRAMAT HISTORYCZNY	KRYMINALNY	PIŁKA NOŻNA	ANIMOWANY



20.00 **Maska Zorro** – USA/**FILM** Meksyk 1998, 180 min

Don Diego de la Vega, zwany Zorro, po 20 latach wychodzi z więzienia. Szuka następcy. Zostaje nim złodziejczak Alejandro Murrieta.

23.00 **Snajper: Ostatni strzał** – dramat sens., USA 2017, 110 min
FILM

0.50 **Snajper: Koniec zabójcy** – film sens., USA 2020, 115 min
FILM

2.45 **Karate Kid 4: Mistrz i uczennica** – przyg., USA 1994, 135 min
FILM

5.00 **Agenci NCIS: Hawaje (22)** – krym.



18.10 **Na sygnale (891-893)** – Polska 2026

Zespół Vicka jedzie do nastolatki, który ma uszkodzone płuca. Reiter odkrywa u badanego aktora sepsę będącą powikłaniem po implantach zębów wstawionych w Turcji.

19.40 **Ojciec Mateusz 35 (447)** – krym., Pol. 2026

20.35 **Ojciec Mateusz 26 (336, 337)** – krym., Pol. 2023

22.30 **Ranczo 5 (56, 57)** – serial obycz., Polska

0.15 **Rodzinka.pl (309, 310)** – kom., Pol.

1.10 **Korona królów (391, 392)** – telen. hist.



20.00 **Księżna** – Wlk. Bryt./**FILM** Fr./Wł. 2008, 120 min

Rok 1774. Georgiana poślubiła księcia Devonshire. Jej majątek, uroda i stroje szybko zwracają uwagę otoczenia. Małżeństwo nie należy jednak do udanych.

22.00 **Kulturalni (16)** – mag.

22.50 **Franco Zeffirelli. Obrazy życia malowane** – film dok., Wlk. Bryt. 2018

0.00 **Przypadek Jana Pampucha**

0.20 **The Rolling Stones – Live At The Wilton Theatre**



20.10 **Crá. Torfowiska (1-6)** – Irlandia/Wielka Brytania 2024

Zostają znalezione szczątki zaginionej 15 lat temu matki policjanta Conalla. Funkcjonariusz nie może włączyć się w śledztwo. Bada jednak sprawę na własną rękę.

2.15 **Belfer 3 (2)** – serial kryminalny, Pol. 2023

3.00 **Pornografia** – film obyczajowy, Polska/Francja 2003, 115 min
FILM

4.55 **Swoboda** – film krótkometr.

5.10 **Kruk. Jak tu ciemno (1)** – krym., Pol. 2022



17.25 **PKO BP Ekstraklasa** – mecz: Pogoń Szczecin – Wisła Płock

W dwóch ostatnich meczach przed własną publicznością Portowcy musieli uznać wyższość rywali. Czy przegrają również z Nałęczami?

19.35 **Liga+ Extra** – mag.

21.30 **Ali** – dramat biograficzny, USA 2001, 155 min
FILM

0.05 **Surfer** – thriller, Australia/USA/Irlandia 2024, reż. Lorcan Finnegan, 100 min
FILM

1.45 **I.S.S.** – thriller s.f., USA 2023, 95 min
FILM



20.00 **Premiera: Kung Fu Panda 4** – Chiny/USA 2024, 95 min
FILM

Po ma zostać duchowym przywódcą Doliny Pokoju. Musi znaleźć śmialka, który zastąpi go jako Smoczego Wojownika. Jego plany krzyżuje zła Kameleona.

21.35 **Prawa ludzi** – krym., USA 2024, 95 min
FILM

23.10 **The Killer's Game** – thriller, USA/Hiszpania/Wielka Brytania 2024, 100 min
FILM

0.50 **Pan Aznavour** – dramat biograficzny, Francja 2024, 130 min
FILM

AXN WHITE

6.30 **Stuart Malutki 3: Trochę natura** – film animowany, USA 2005, 80 min
FILM

7.50 **Napisała: Morderstwo (15-19)** – serial kryminalny

13.10 **Unforgettable: Zapisane w pamięci (12-16)** – krym.

18.00 **Dowody zbrodni 2 (19-23)** – serial kryminalny

22.55 **Jack i Jill** – komedia, USA 2011, 110 min
FILM

0.45 **Coco Chanel** – dramat biograficzny, 2009, 140 min
FILM

3.05 **Pierwsza gwiazdka** – film anim., 2017, 100 min
FILM

4.45 **Dr House (2)** – obycz., USA

5.30 **Blok promocyjny AXN White**

WARNER TV

14.50 **Akademia policyjna 7: Misja w Moskwie** – kom., USA 1994, 100 min
FILM

16.30 **Rewolwer i melonik** – film sens., 1998, 105 min
FILM

18.15 **Jackie Chan: Pierwsze uderzenie** – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 100 min
FILM

19.55 **Stosunki międzymiastowe** – kom. romant., USA 2010, 125 min
FILM

22.00 **Złoto pustyni** – film wojenny, 1999, 130 min
FILM

0.10 **Uznany za niewinnego** – film krym., 1990, 155 min
FILM

2.45 **Duch** – horror, USA 1982, reż. Tobe Hooper, 125 min
FILM

6.00 **Gliniarze (605-607)** – serial paradokumentalny, Polska

9.00 **Niania 3 (41-45)** – kom.

11.35 **Niania (46)** – serial kom.

12.05 **Miodowe lata (114-116)** – serial komediowy, Polska

14.55 **Co ludzie powiedzą? (30-32)** – serial komediowy, Polska

CANAL+ FILM

6.00 **Łapu capu** – pr. rozrywk.

6.15 **Królowa chmur** – film obycz., Polska 2003, 80 min
FILM

7.35 **Wszyscy święci** – film obycz., Polska 2002, 80 min
FILM

8.55 **Łapu capu** – pr. rozrywk.

9.10 **Mikolaj i ekipa** – anim., Hiszpania/Kan. 2024, 90 min
FILM

10.40 **Balony** – film krótkometr.

11.10 **L.A.R.P. Miłość, troleje i inne gęsty** – komedia, Polska 2025, 95 min
FILM

12.45 **Warcraft: Początek** – film fantasy, Chiny/Kanada/Japonia 2016, 120 min
FILM

14.45 **Ida** – dram. obycz., Polska/**FILM** Dania/Fr. 2013, 80 min

16.05 **Battleship: Bitwa o Ziemię** – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min
FILM

18.15 **Peacock** – thriller, USA 2010, reż. Michael Lander, wyk. Cillian Murphy, 90 min
FILM

19.45 **Łapu capu** – pr. rozrywk.

CANAL+ SERIALE

9.45 **Naruto (1-3)** – serial anime, Japonia 2002-2003

11.15 **Wszystkie kolory świata 4** – serial dokumentalny, Francja 2023

12.20 **13 posterunek 2 (31-33)** – serial komediowy, Polska 2000

14.15 **Łapu capu** – program rozrywkowy

14.30 **Premiera: Naruto (4-6)** – serial anime, Japonia 2002-2003

16.00 **Planeta Singli. Osem historii (4)** – serial komediowy, Polska 2021

17.00 **To jest żużel – jedziemy dalej (5, 6)** – serial dokumentalny, Polska 2022

18.15 **Łapu capu** – program rozrywkowy

18.20 **Godzina zero (1, 2)** – serial kryminalny, Wielka Brytania 2025

20.00 **El Inmortal. Gangi Madrytu 2 (1, 2)** – serial sensacyjny, Hiszpania 2024

21.50 **Łapu capu** – program rozrywkowy

22.00 **Biliza (5, 6)** – serial sensacyjny, Hiszpania 2024

CANAL+ 360 HD

8.00 **Okrety wojenne (8)** – dok.

9.00 **Porzucone konstrukcje (8)** – serial dok., Wlk. Bryt.

10.00 **2 archiwów historii (1)**

10.55 **Polska z góry: Stadiony 2 (2)** – dok., Pol.

11.40 **LIVE Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa** – mecz: GKS Katowice – Termalica

14.20 **Na pierwszym planie (4)**

15.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (2)** – serial dok., Niem. 2023

16.00 **Zholowani: ciężarówka w opałach 2 (19)** – dok.

16.55 **Grip** – w świecie supersamochołów (9)

18.00 **Polska z góry: Stadiony 2 (4, 5)** – dok.

19.00 **Co poszło nie tak (5)**

20.00 **Porzucone konstrukcje (9)** – serial dok., Wlk. Bryt.

HBO2 HBO 2 HD

12.50 **Hobbit: Bitwa Pięciu Armii** – film fantasy, Nowa Zelandia/USA 2014, 140 min
FILM

15.10 **Minecraft: Film** – film familijny, Szwecja/USA 2025, 100 min
FILM

16.50 **Diana: Część druga** – film s.f., USA/Kanada/Jordania 2023, 160 min
FILM

19.30 **Przebieżka!** – komediodramat, Polska 2025, 115 min
FILM

21.25 **Babygirl** – thriller, Holandia/USA 2024, reż. Halina Reijn, 110 min
FILM

23.15 **Rooster (8)** – serial kom.

23.45 **Ostatni pojedynek** – film historyczny, 2021, 145 min
FILM

HBO3 HBO 3 HD

11.45 **Hacks 3 (7, 8)** – serial kom.



12.50 **Doktor Larsen 2 (13)**

13.35 **Obob wspomnień** – kom., USA 2024, 95 min
FILM

15.00 **Łowca i Królowa Lodu** – film fantasy, USA 2016, 110 min
FILM

17.00 **Ród smoka 2 (1)** – fantasy

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT HD FILM	COMEDY CENTRAL HD CENTRAL	TVN HD FABUŁA	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA DVS 12 STOPKLATKA
<p>8.10 Była sobie Ziemia (2, 3) – serial anim., Fr.</p> <p>9.25 Jedźdźcy smoków na końcu świata (20) – serial anim., USA</p> <p>9.45 Tajemnica zielonego królestwa – anim., USA 2013, 125 min</p> <p>11.50 Zew krwi – przyg., USA/Kan./Portugalia 2020, 125 min</p> <p>13.55 Łowca i Królowa Lodu – film fantasy, USA 2016, 135 min</p> <p>16.10 Faceci w czerni – komedia s.f., USA 1997, 135 min</p> <p>18.25 Mumia powraca – film przygodowy, USA/Maroko/Wielka Brytania 2001, 155 min</p>	<p>6.00 The Office PL 2 (3, 4) – serial kom., Pol. 2022</p> <p>7.10 Teoria wielkiego podrywu 6 (12-24) – kom., USA 2012-2013</p> <p>13.05 Teoria wielkiego podrywu 7 (1) – kom.</p> <p>13.30 Tata ma plan 2 (6-8) – serial komediowy</p> <p>15.00 Duchy (3, 4) – serial fantasy, USA/Wlk. Bryt.</p> <p>16.00 Starsza pani musi zniknąć – kom., USA/Niemcy 2003, 115 min</p> <p>17.55 Wasabi: Hubert zawodowiec – film sensacyjny, Francja/Japonia 2001, 125 min</p> <p>20.00 Cziwiel, który wiedział za mało – komedia krym., USA/Niemcy 1997, 120 min</p>	<p>5.05 Szkoła (714) – serial paradokm.</p> <p>6.00 Top 100: filmy wszech czasów (5) – program rozrywkowy</p> <p>6.30 Najpiękniejsza muzyka filmowa (3) – program rozrywkowy</p> <p>6.45 Kryminalni 3 (6-9) – serial krym., Polska</p> <p>11.05 Gniazdo – film hist., Polska 1974, 125 min</p> <p>13.10 Historia Kopciuszka – kom. romant., USA/Kanada 2004, 125 min</p> <p>15.15 Uwolnić orkę – film familijny, USA/Francja/Meksyk 1993, 135 min</p> <p>17.30 Blue Beetle – film s.f., USA/Meksyk 2023, reż. Angel Manuel Soto, 150 min</p>	<p>6.00 Knok (3) – serial kryminalny, Fr. 2024</p> <p>6.50 Kapitan Marleau 2 (5) – serial kryminalny, Francja 2016</p> <p>8.50 Agenci NCIS: Los Angeles 12 (1-10) – serial sensacyjny, USA, wyk. Chris O'Donnell, LL Cool J</p> <p>18.00 Metoda Wagnera (13) – serial kryminalny, Francja 2020</p> <p>20.00 Zabójstwo w Chateau-Thierry – dramat kryminalny, Francja 2024, reż. Delphine Lemoine, wyk. Elsa Lunghini, Clément Manuel, Philippe Lelievre, Caroline Loeb, 120 min</p>	<p>6.00 Rzemiosła świata według Orskiej</p> <p>6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok.</p> <p>7.30 Miś Kudłaty (9, 10)</p> <p>7.50 Przygodowy Myszki (9, 10) – serial anim.</p> <p>8.10 Bolek i Lolek na wakacjach (5, 6)</p> <p>8.45 Siedem życzeń (1, 2) – serial przygodowy</p> <p>10.55 Podróż za jeden uśmiech – film przyzg., 1972, 120 min</p> <p>12.55 Przyrzęcy – film hist., 1960, 230 min</p> <p>16.45 Ranking najpolskiego kina (1, 3) – program rozrywkowy</p> <p>18.05 Wielka majówka – film obyczajowy, 1981, 115 min</p>	<p>6.00 Komisarz Rex 12 (12) – serial kryminalny, Wł.</p> <p>6.50 Komisarz Rex 13 (1-3) – serial krym., Wł.</p> <p>9.55 Hudson i Rex 6 (2-4) – serial krym., Kanada</p> <p>12.55 Rodzina Addamsów – czarna komedia, USA 1991, reż. Barry Sonnenfeld, wyk. Anjelica Huston, Raul Julia, Christina Ricci, 125 min</p> <p>15.00 Znachor – dramat obyczajowy, Polska 1981, 165 min</p> <p>17.45 Lot Feniksa – dramat sensacyjny, USA 2004, reż. John Moore, wyk. Dennis Quaid, Tyrese Gibson, Giovanni Ribisi, 135 min</p>
<p>HISTORYCZNY</p> 	<p>KOMEDIOWY</p> 	<p>THRILLER</p> 	<p>DRAMAT KRYMINALNY</p> 	<p>KOMEDIA</p> 	<p>SENSACYJNY</p> 
<p>21.00 Ogniem i mieczem – Polska 1999, 225 min</p> <p>XVII wiek. Skrzetuski zakochuje się w Helenie, którą obiecano Bohunowi. W tym czasie Kozacy organizują powstanie.</p> <p>0.45 Ted 2 – komedia, USA 2015, reż. Seth MacFarlane, wyk. Mark Wahlberg, Amanda Seyfried, Jessica Barth, 145 min</p> <p>3.10 Gliniarze (329, 330) – serial paradokumentalny, Polska 2019</p> <p>5.15 Na ratunek 112 (798) – paradok., Pol. 2023</p>	<p>22.00 Colin od rachunków (1, 2) – Australia 2022</p> <p>Gordon przeżywa najgorszy dzień w swoim życiu. Kiedy jedzie samochodem, zauważa atrakcyjną nieznaną. Mężczyzna traci koncentrację i potrąca psa.</p> <p>23.25 Comedy Club 4 (2)</p> <p>0.00 Miasteczko South Park 17 (4-7) – serial anim. dla dorosłych</p> <p>2.00 Pracoholicy 2 (8-10)</p> <p>3.06 Pracoholicy 3 (1, 2)</p> <p>3.50 Śmieszniej nie będzie (5-8) – pr. rozr.</p> <p>5.15 Śmieszniej nie będzie 2 (1, 2) – rozr.</p>	<p>20.00 Księgowy – USA 2016, 160 min</p> <p>Geniusz matematyczny Wolff pracuje w biurze rachunkowym, ale tak naprawdę wykonuje zlecenia dla organizacji przestępczej. Ściga na siebie niebezpieczeństwo.</p> <p>22.40 Dzieciol – komedia, Polska 1970, 110 min</p> <p>0.30 Ocaleni – dramat obyczajowy, Tajlandia/Irlandia 2019, 125 min</p> <p>2.35 Szkoła (706) – serial paradokm.</p> <p>3.25 Ukryta prawda (1284, 1285) – serial paradokm.</p>	<p>22.00 Morderstwo w Puy-En-Velay – Francja 2024, 120 min</p> <p>Przy kamieniu, który rzekomo ma uzdrawiającą moc, chora na cukrzycę porucznik Cazale znajduje zwłoki. Razem z kapitanem Martinem rozpoczyna śledztwo.</p> <p>0.00 Morderstwo na wyspie Porquerolles – film kryminalny, Francja 2022, reż. Delphine Lemoine, 120 min</p> <p>2.00 Knok (1-4) – serial kryminalny, Fr. 2024</p>	<p>20.00 Poszukiwany, poszukiwana – 1972, 115 min</p> <p>Nieporadny historyk sztuki zostaje posadzony o kradzież obrazu. Postanawia w ukryciu namalować kopię. Przebiera się za kobietę i zatrudnia jako gosposia.</p> <p>21.55 7 uczuć – komediodramat, 2018, 135 min</p> <p>0.10 Psy – dramat sens., 1992, 160 min</p> <p>2.50 Ogród Luizy – dramat obycz., 2007, 155 min</p> <p>5.25 Moje stare – film krótkometraż., 2023</p>	<p>20.00 Ucieczka z Alcatraz – USA 1979, 135 min</p> <p>Recydywista Frank Morris trafia do najcięższego i najpłynniej strzeżonego amerykańskiego więzienia. Wraz z dwoma kompanami próbuje wydostać się na wolność.</p> <p>22.15 Spacer w chmurach – melodramat, USA/Meksyk 1995, reż. Alfonso Arau, 140 min</p> <p>0.35 Przepraszam, czy tu biją? – film sens., Polska 1976, 100 min</p> <p>2.15 Szaletstwa panny Ewy – film obycz., Polska 1984, 130 min</p>
<p>CINEMAX HD</p> <p>12.00 Co zostaje – film krótkometr., Bułgaria</p> <p>12.20 Szalona wiosna – dramat obyczajowy, 2024, 120 min</p> <p>14.20 Francuski minister – kom., Fr. 2013, 115 min</p> <p>16.15 Joika – dramat biograf., Nowa Zelandia/Polska/USA 2023, 110 min</p> <p>18.05 Dziewczyna z Kolonii – film biograficzny, Niemcy/Pol./Bel. 2025, 115 min</p> <p>20.00 Road House – film sensacyjny, 2024, 120 min</p> <p>22.00 Transformers: Ostatni Rycerz – film s.f., USA/Chiny/Kan. 2017, 150 min</p> <p>0.30 Fargo (7, 8) – serial krym.</p>	<p>POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD</p> <p>8.30 Świat według Kiepskich (3-8) – serial kom., Pol. 2015</p> <p>11.30 Bob kocha Abisohle 2 (15-18) – serial komediowy</p> <p>13.30 Bob kocha Abisohle 3 (1, 2) – serial komediowy</p> <p>14.30 Święty (40-44) – kom., Pol.</p> <p>17.00 Świat według Kiepskich (4-11) – serial kom., Polska</p> <p>21.00 Co ludzie powiedzą? 4 (6, 7) – kom., Wlk. Bryt. 1993</p> <p>22.25 Jedną nogą w grobie (1-3) – serial kom., Wlk. Bryt.</p> <p>0.30 Czarna Żmija 4 (2, 3)</p> <p>1.55 Grono niepedagogiczne 2 (6-10)</p> <p>3.35 Daleko od noszy (16, 1, 2)</p> <p>4.45 Comedy Club 7 (10-12)</p>	<p>SCI FI</p> <p>8.50 Grimm 2 (9-11) – fantasy</p> <p>11.50 Ministerstwo Czasu 3 (4)</p> <p>13.20 Ministerstwo Czasu (5)</p> <p>15.00 Pana Magorium cudowne emporium – komedia fantasy, USA 2007, 120 min</p> <p>17.00 Miasto cienia – film przygodowy, 2008, 120 min</p> <p>19.00 Most do Terabithii – film familijny, USA 2007, reż. Gabo Csupo, 120 min</p> <p>21.00 Transformers – film s.f., USA 2007, 175 min</p> <p>23.55 Bohater ostatniej akcji – kom. sens., 1993, 160 min</p> <p>2.35 Bibliotekarze: Nowy rozdział (4-7) – serial s.f.</p>	<p>FX HD</p> <p>9.35 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (10-12)</p> <p>12.20 Agenci NCIS 8 (10, 11)</p> <p>14.10 9-1-1 (8) – serial obyczajowy</p> <p>15.05 Faceci w czerni 2 – kom. s.f., USA 2002, 100 min</p> <p>16.45 Królestwo niebieskie – dramat hist., USA/Hiszpa./Wlk. Bryt. 2005, 180 min</p> <p>19.45 Titanic – dramat katastrof., USA/Meksyk/Australia 1997, 235 min</p> <p>23.40 Kolekcjoner kości – thriller, 1999, 145 min</p> <p>2.05 Zabójcze umysły 13 (7, 8) – serial kryminalny, USA</p> <p>3.55 CSI: Kryminalne zagadki Miami (16) – serial krym.</p>	<p>KINO TV HD</p> <p>11.40 Flicka – film familijny, USA/Wlk. Bryt. 2006, 110 min</p> <p>13.30 Cztery wesela i pogrzeb – komedia romant., Wielka Brytania 1994, 145 min</p> <p>15.55 Ściągany – kom. sens., Niemcy/USA 1998, 110 min</p> <p>17.45 Robin Hood: Początek – film przygodowy, USA/Hongkong/Chorwacja 2018, reż. Otto Bathurst, 135 min</p> <p>20.00 Atomic Blonde – thriller, Niemcy/Szwecja/USA 2017, reż. David Leitch, 155 min</p> <p>22.35 Kod Merkurj – film sensacyjny, 1998, 135 min</p> <p>0.50 Cyborg – film s.f., USA 1989, 110 min</p>	<p>ROMANCE TV HD</p> <p>14.20 Kryminalne zagadki Mazur: Krwawe pieniądze – film krym., Niemcy 2024, 105 min</p> <p>16.05 Lilly Schönauer: Und dann war es Liebe – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2008, 115 min</p> <p>18.00 Levi Strauss i material marzeń (1-4) – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2008, 235 min</p> <p>21.55 Rosamunde Pilcher: Kraina tęsknoty – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2006, 115 min</p> <p>23.50 Stątek marzeń – Utah – film obycz., 2023, 115 min</p>
<p>CINEMAX 2 HD</p> <p>12.55 Ciche życie – dramat obyczajowy, 2024, 100 min</p> <p>14.35 Valmont – dramat kostiumowy, Francja/Wielka Brytania/USA 1989, 135 min</p> <p>16.50 Gdyby ulica Beale umiała mówić – dramat obyczajowy, 2018, 120 min</p> <p>18.50 50 pierwszych randek – komedia romantyczna, USA 2004, 100 min</p> <p>20.30 Żona na niby – komedia, USA 2011, 115 min</p> <p>22.25 Jerry Maguire – dramat obyczajowy, 1996, 135 min</p> <p>0.40 Teoria wszystkiego – dramat biograf., Wlk. Bryt./Japonia/USA 2014, 125 min</p>	<p>EPIC DRAMA HD</p> <p>12.40 Rodzina Hardacre'ów (6)</p> <p>13.40 Wszystkie stworzenia duże i małe 6 – obycz.</p> <p>14.50 Panna Austen (2)</p> <p>15.50 Jane Eyre (2) – kostium.</p> <p>16.55 Lekarze na start (13-16)</p> <p>20.00 Grantchester 5 (1) – krym.</p> <p>21.00 Agatha Christie: Świadek oskarżenia (3) – film kryminalny, Wielka Brytania/USA 2016, 60 min</p> <p>22.00 Panna Marple: Próba niewinności – krym., Wlk. Bryt. 2007, 125 min</p> <p>0.05 Grantchester 5 (1) – krym.</p> <p>1.00 Panna Marple: Godzina zero – film kryminalny, Wlk. Bryt./USA 2007, 100 min</p>	<p>NOVELAS+ HD</p> <p>5.00 Klass 95 (36-40) – telenowela, Kolumbia 2024</p> <p>10.00 Otchłań namiętności (64-68) – telenowela, Meksyk 2012</p> <p>15.00 List pożegnalny (39-43) – telenowela, Turcja 2023, wyk. Oguzhan Sener</p> <p>20.00 Rubi (68, 69) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori, Eduardo Santamarina</p> <p>22.00 ZA wszelką cenę (34-38) – telenowela, Brazylia 2025, wyk. Paolla Oliveira</p> <p>3.00 Rubi (68, 69) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori, Eduardo Santamarina</p>	<p>FX COMEDY HD</p> <p>11.10 Współżycia 6 (9)</p> <p>13.10 Wszyscy kochają Raymonda 6 (8-11) – kom.</p> <p>15.05 Ace Ventura: Zew natury – komedia, USA 1995, 115 min</p> <p>17.00 Noc w muzeum – film przygodowy, USA/Wielka Brytania 2006, 130 min</p> <p>19.10 Noc w muzeum 2 – film przygodowy, USA/Kanada 2009, 130 min</p> <p>21.20 Epoka lodowcowa – film animowany, USA/Francja/Kanada 2002, 90 min</p> <p>22.50 Epoka lodowcowa 2: Odwilż – film animowany, 2006, 105 min</p>	<p>FILMBOX PREMIUM HD</p> <p>9.25 Zen Noir – czarna komedia, USA 2004, 85 min</p> <p>10.50 Guido Superbohater – kom., Kan. 2010, 95 min</p> <p>12.25 W kręgu zdrady – thriller, Kanada 2017, 100 min</p> <p>14.05 Kto zabił ciotkę Cookie? – komediodramat, USA 1999, 130 min</p> <p>16.15 Klub cudownych kobiet – komediodramat, Irlandia/Wlk. Bryt. 2023, 100 min</p> <p>17.55 Robin Hood: Początek – przyg., USA/Hongkong/Chorwacja 2018, 125 min</p> <p>20.00 John Wick 3 – film sensacyjny, 2019, 140 min</p> <p>22.20 Dynastia Tudorów (8-10)</p>	<p>PARAMOUNT NETWORK HD</p> <p>10.50 Naga broń 2 1/2 – kom. sens., 1991, 105 min</p> <p>12.35 Naga broń 33 1/3: Ostateczna niewiasta – kom., USA 1994, 110 min</p> <p>14.25 Ad Astra – film s.f., USA/Chiny/Brazylia 2019, reż. James Gray, 155 min</p> <p>17.00 Forrest Gray – komediodramat, USA 1994, reż. Robert Zemeckis, wyk. Tom Hanks, 180 min</p> <p>20.00 Świat w ogniu – film sensacyjny, 2019, 150 min</p> <p>22.30 World War Z – horror s.f., USA/Malta 2013, 140 min</p> <p>0.50 Mexican – komedia, USA 2001, 160 min</p>

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT TVP SPORT DVB-T2	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
<p>6.15 Tenis: Turniej Australian Open: Carlos Alcaraz – Novak Djoković</p> <p>7.35 Jeździectwo: Global Champions Tour w Szanghaju</p> <p>10.20 Snooker: MŚ w Sheffield – półfinał</p> <p>12.15 Snooker: MŚ w Sheffield – półfinał</p> <p>13.45 Snooker: MŚ w Sheffield – finał</p> <p>17.00 Kolarstwo górskie: PŚ w Yongpyong – cross-country kobiet</p> <p>17.45 Kolarstwo górskie: PŚ w Yongpyong – cross-country mężczyzn</p> <p>18.30 Snooker: MŚ w Sheffield – finał</p>	<p>6.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – 3. mecz finałowy fazy play-off: Warta – Bogdanka LUK Lublin</p> <p>8.30 Hokej: Mistrzostwa świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026 – mecz: Polska – Ukraina</p> <p>11.00 Cafe Futbol – magazyn piłkarski</p> <p>12.25 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga: ORLEN Zastal Zielona Góra – WKS Śląsk Wrocław</p> <p>14.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – 3. mecz o 3. miejsce fazy play-off: Projekt – Resovia</p>	<p>6.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Villarreal – UD Levante</p> <p>8.15 Liga+: magazyn piłkarski</p> <p>9.30 Wysoki Pressing – magazyn sportowy</p> <p>11.00 The Big Pete (4) – magazyn piłkarski</p> <p>11.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Osasuna – Barcelona</p> <p>13.55 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – Elche CF</p> <p>16.10 Premier League Stories (38) – magazyn piłkarski</p> <p>16.45 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: PRES Grupa Deweloperska Toruń – GKM Grudziądz</p>	<p>5.45 Lekkoatletyka: Mistrzostwa świata sztafet – Gaborone 2026 – 1. dzień</p> <p>7.55 Lekkoatletyka: Maraton w Pradze</p> <p>10.45 Futbol totalny – program publicyst.</p> <p>11.55 Piłka nożna: Betclit 2. Liga: Sandecja Nowy Sącz – Podhale</p> <p>14.00 Lekkoatletyka: Mistrzostwa świata sztafet – Gaborone 2026 – 2. dzień</p> <p>17.20 Piłka nożna: STS PP – mecz: Górnik Zabrze – Raków Częstochowa</p> <p>19.30 Mundial 2026 – Legendy miejskie (14) – cykl reportaży, Szwajcaria 2025</p>	<p>10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Valencia CF – Atletico Madryt</p> <p>12.00 Piłkarscy celebryci – film dokumentalny</p> <p>12.25 Piłka nożna: Liga włoska: Bologna FC – Cagliari Calcio</p> <p>14.35 Zaklinacz piłki – historia Andresa Iniesty – film dokum.</p> <p>14.55 Piłka nożna: Liga włoska: US Sassuolo Calcio – AC Milan</p> <p>17.10 Formuła 1: GP Miami – sesja kwalifikacyjna</p> <p>18.25 Formuła 2: Grand Prix Miami</p> <p>19.55 Formuła 1: GP Miami – parada kierowców</p> <p>20.30 Formuła 1: Grand Prix Miami – studio</p>	<p>6.00 Od samochodu do domu 2 – mag.</p> <p>7.00 Morze złota 13</p> <p>8.00 Ed Stafford z rodziną w dziczy – film dokum., 2019</p> <p>9.00 Złotowisko PL (2, 3)</p> <p>11.00 Lotnisko (3, 4) – dok.</p> <p>13.00 Cieżarówka przez Indonezję 4 (7) – dok.</p> <p>14.00 Gorączka złota 16</p> <p>15.00 Vanara – azył dla zwierząt – dok.</p> <p>16.00 Specjalistki (5) – dok.</p> <p>17.00 Nic do zgłoszenia (8) – serial dok., Pol. 2021</p> <p>18.00 Od samochodu do domu 2 – mag.</p> <p>19.00 Brudne skarby 2 – serial dokum.</p> <p>20.00 Morze złota 13 – serial dokumentalny</p>
<p>19.30 Mistrzostwa świata w Sheffield – mecz finałowy</p> <p>Triumfator ostatniego turnieju w sezonie wróci do domu bogatszy o 500 tys. funtów.</p> <p>23.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – bouldering mężczyzn</p> <p>1.00 Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji – 8. etap</p> <p>1.30 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 1. etap: Marin – Salvaterra de Mino</p> <p>3.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – bouldering kobiet</p>	<p>19.00 MŚ Dywizji 1A – Sosnowiec 2026: Francja – Polska</p> <p>Podopieczni Pekka Trikkone- na w tegorocznej odsłonie Europejskiego Pucharu Narodów stoczyli z Francuzami zacięty mecz. Ostatecznie po dogrywce wygrali Polacy.</p> <p>22.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – 3. mecz finałowy fazy play-off: Warta – Bogdanka LUK Lublin</p> <p>1.00 Hokej: Mistrzostwa świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026: Francja – Polska</p>	<p>19.15 PGE Ekstraliga: – mecz: Betard Sparta Wrocław – FOGO Unia Leszno</p> <p>Gospodarze zaczęli sezon od dwóch zwycięstw. W obydwu tych starciach bardzo dobrze punktował Brady Kurtz.</p> <p>21.30 Magazyn PGE Ekstraliga – mag.</p> <p>0.10 Turbokozak – mag.</p> <p>1.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Pogoń Szczecin – Wisła Płock</p> <p>3.30 Ligomistrzowe historie (3) – mag.</p> <p>4.25 Wysoki Pressing</p>	<p>20.10 Betclit 1. Liga – mecz: Stal Rzeszów – Wisła Kraków</p> <p>Starcie tych zespołów w rundzie jesiennej 2:1 wygrała Biała Gwiazda. Dzisiaj również jest faworytem.</p> <p>22.15 Sportowy wieczór – program inform.</p> <p>23.00 Koszykówka mężczyzn: NBA – mecz fazy play-off</p> <p>1.45 Lekkoatletyka: MŚ sztafet – Gaborone 2026 – 2. dzień</p> <p>3.45 Boks: Gala w Montreulu – podsumowanie</p>	<p>21.55 Grand Prix Miami</p> <p>O trzecie w bieżącym sezonie zwycięstwo postara się Andrea Kimi Antonelli.</p> <p>0.00 Formuła 1: Grand Prix Miami – studio</p> <p>1.00 Formuła 1: Grand Prix Miami</p> <p>3.00 Formuła 2: Grand Prix Miami</p> <p>4.30 Najlepsze gole Borussia Dortmund</p> <p>4.50 Najlepsze pomocny Bundesligi lat 90</p> <p>5.35 Pewnego razu w Gruzji – historia Khvichy Kvaratskheli</p>	<p>21.00 Gorączka złota 16: Musical Washplants – USA 2024</p> <p>Ekipy poszukiwaczy kruszczy z Jukonu są gotowe na ryzyko. Widzowie poznają nowych bohaterów oraz zobaczą kolejne dziaiki i nie używane dotąd maszyny.</p> <p>22.00 Czarnobyl: dni, które wstrząsnęły światem (2) – dok.</p> <p>23.00 Celnicy na straży Turcji (9) – serial dok.</p> <p>0.00 Nagi instykt przetrwania 12</p> <p>2.00 Królowie asfaltu 7 (1) – reality show</p>
<p>10.30 Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji – 8. etap</p> <p>12.30 Cycling sobot – mag.</p> <p>12.45 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 1. etap</p> <p>14.30 Kolarstwo: Tour de Romandie – 5. etap</p> <p>16.15 Formuła E: ePrix Niemiec – 2. wyścig</p> <p>17.15 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – bouldering kobiet</p> <p>18.15 Golf: Cadillac Championship – finał</p> <p>0.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 1. etap</p> <p>1.00 FIA WEC: Wyścig 6-godzinny w Imoli</p>	<p>8.30 Atleci – magazyn sportowy</p> <p>9.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Mainz – Bayern</p> <p>11.00 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzów – półfinał</p> <p>12.30 Siatkówka mężczyzn: PLS 1. liga – 2. mecz finałowy fazy play-off</p> <p>15.30 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzów – mecz o 3. miejsce</p> <p>18.30 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzów – mecz finałowy</p> <p>21.00 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Jack Della Maddalena – Carlos Prates</p> <p>0.00 Magazyn sportowy</p> <p>1.00 Sporty walki: FEN</p>	<p>10.45 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – mecz półfinałowy gry pojedynczej</p> <p>13.00 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – półfinał</p> <p>15.15 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – finał</p> <p>17.45 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – półfinał</p> <p>20.00 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – półfinał</p> <p>22.15 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – finał</p> <p>0.45 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – półfinał</p> <p>2.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Jagiellonia Białystok – Górnik Zabrze</p>	<p>6.00 Liquid Edge (1-3) – program sportowy</p> <p>9.00 KPW Kombat TV (2) – program sportowy</p> <p>10.00 AEW Dynamite (2617)</p> <p>12.00 AEW Collision (2617)</p> <p>14.00 AEW PPV (1) – pr. sportowy</p> <p>21.00 PTW Wrestling (7) – program sportowy</p> <p>23.15 WWE Classic Gold (13) – program sportowy</p> <p>0.00 PTW Wrestling (8) – program sportowy</p> <p>1.45 New Japan Wrestling – Highlights (14) – program sportowy</p> <p>2.00 Liquid Edge (4-7) – program sportowy</p>	<p>12.00 Xabi Alonso – Architekt</p> <p>13.25 Piłka nożna: 2. liga niemiecka – mecz: 1. FC Magdeburg – Hertha BSC</p> <p>15.25 Piłka nożna: Liga niemiecka: St. Pauli – Mainz</p> <p>17.40 Bundesliga Clubs – mag.</p> <p>17.55 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Hellas</p> <p>20.05 Ligue 1 Show (31) – mag.</p> <p>20.40 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Parma Calcio 1913</p> <p>22.50 Eleven Gol – mag. piłkarski</p> <p>0.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC</p> <p>2.00 LaLiga Best 11 – mag.</p> <p>2.40 Eleven Gol Live – mag.</p>	<p>10.30 Niezły skład (4) – mag.</p> <p>11.00 Bez tabu. Gry</p> <p>12.00 Dziecięcy nałóg (2)</p> <p>12.00 Idealna niania 2 (5-8)</p> <p>15.00 Klinika bez tajemnic (9)</p> <p>16.00 Szalone domy Ameryki 2 (6, 7) – pr. rozr.</p> <p>17.00 Misja ratunkowa (1)</p> <p>17.45 W czym do słońca? (7, 8)</p> <p>18.45 Problem z... szafy! (3)</p> <p>19.45 Stylistka na ratunek</p> <p>20.45 Jak matka z córką (4, 5)</p> <p>22.45 Historie wielkiej wagi (3)</p> <p>0.45 Sekrety lekarzy (8)</p> <p>1.45 Sekrety chirurgii (13)</p> <p>2.30 Szpital (400, 401)</p> <p>4.00 Kosmetyczne rewolucje</p> <p>4.36 Klinika urody (3) – mag.</p>
<p>15.50 Sporty walki: Babilon MMA 50 : K. Mendlewski – F. Lamparski</p> <p>17.25 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – mecz: PGE Start Lublin – ANW Arka Gdynia</p> <p>19.30 Sporty walki: First Step Championship 11</p> <p>20.20 Boks: Babilon Boxing Show w Chojnicach: P. Stepien – S. Chusanow</p> <p>21.05 Sporty walki: FEN 53 w Lublinie: C. Oleksiejczuk – B. Kuanyshbayev</p> <p>22.55 K.O. TV Classics (14)</p> <p>23.45 Boks: Babilon Boxing Show w Żyrardowie</p>	<p>6.00 Hokej: Mistrzostwa świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026</p> <p>8.30 Piłka nożna z archiwum</p> <p>10.30 Piłka nożna z archiwum</p> <p>12.30 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga</p> <p>15.00 Piłka nożna z archiwum</p> <p>17.10 Tenis: Turniej ATP w Madrycie – mecz finałowy gry pojedynczej</p> <p>19.55 Piłka nożna: Liga saudyjska</p> <p>22.00 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Jack Della Maddalena – Carlos Prates</p> <p>1.00 Sporty walki: Babilon MMA</p>	<p>11.45 The Big Pete (4) – mag.</p> <p>12.30 Żużel: Metalikas 2. Liga: Metalikas 2.</p> <p>15.00 Żużel: Metalikas 2.</p> <p>17.45 Timbersport: Mistrzostwa świata – Mediolan 2025 – zawody indywidualne</p> <p>19.50 Premier League: The Big Interview (38) – mag.</p> <p>20.25 Premier League Stories</p> <p>21.00 Sporty walki: ONE Friday Fights 152</p> <p>23.15 Magazyn PGE Ekstraliga</p> <p>1.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Motor – Lech</p>	<p>13.25 Piłka nożna: 2. liga niemiecka: Elversberg – Paderborn</p> <p>15.30 Bundesliga Special</p> <p>16.00 Piłka nożna: Liga francuska: PSG – FC Lorient</p> <p>17.55 Ligue 1 Show (31) – mag.</p> <p>18.25 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Betis – Real Oviedo</p> <p>20.30 Historyczne momenty Ligue 1 – cykl reportaży</p> <p>20.40 Piłka nożna: Olympique Lyon – Stade Rennais FC</p> <p>22.45 Moi bohaterowie – magazyn piłkarski</p> <p>23.20 Najlepsi bramkarze Bundesligi lat 90.</p>	<p>11.40 Królowie goli</p> <p>12.55 Piłka nożna: Liga włoska: Atalanta – Genoa</p> <p>13.00 Legendy LaLiga</p> <p>14.25 Ligue 1 Show</p> <p>14.55 Piłka nożna: Liga francuska: Lille – Le Havre AC</p> <p>17.00 One Club Man – film dok.</p> <p>17.20 Piłka nożna: Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – BVB</p> <p>19.25 Bundesliga Special (19)</p> <p>20.55 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: RCD Espanyol – Real Madryt CF</p> <p>23.00 Legendy LaLiga</p> <p>23.30 Undiano Malenco</p> <p>1.00 Birds of paradise</p>	<p>13.30 Wszystkie kolory świata (9) – serial dok., Fr.</p> <p>14.30 Franz Beckenbauer. Ostatni cesarz – film dok.</p> <p>16.10 W smartfonach prezydentów – film dok.</p> <p>17.10 Kamala Harris. Łamiąc bariery – film dokum., Fr.</p> <p>18.20 Prawda czy fałsz. Psychologia trumpizmu</p> <p>20.00 Noc Kryształowa. Preludium załady (1, 2)</p> <p>22.10 Sekrety japoński Billet Vert 1941 – film dok., Fr.</p> <p>23.20 Chiny od środka. Walka o Tybet – dok., Wik. Bryt.</p> <p>0.25 Gaza oczami reporterów – film dokum.</p>

STACJE POPULARNONAUKOWE

SD DISCOVERY SCIENCE HD	ID ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	TEMP HISTORIA TVP HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
8.00 Zoom na architekturę jak to jest zrobione? - dok.	6.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet (9, 10) - dok.	10.00 Pogodowe anomalie (1) - dok.	6.00 Wehikuł czasu (503)	9.00 Stara baśń. Kiedy słońce było bogiem (3-ost.) - kostium., Pol.	14.00 Piątka z historii (3) - serial dokumentalny
10.00 Zwykłe rzeczy - niezwykłe wynalazki 16 (20)	8.00 Śledztwo w sieci - serial dokumentalny	11.00 Porzucone konstrukcje (3)	6.05 48h. Zaginięci (18)	9.50 Była sobie piosenka królewska (2)	14.25 Wyjaśnić niewyjaśnione (1) - serial dok., Wlk. Bryt.
12.30 Jak to jest zrobione - samochody marzeń - serial dok.	10.00 Zbrodnie, które wstrząsnęły Ameryką 5 - dok.	12.00 Ikony lotnictwa (2)	7.00 Rolnicy. Podlasie (5, 6) - serial dokum.	10.45 Rezydencje	15.20 Starożytni kosmicci 17 (1) - dok.
14.00 Czy jest z nami inżynier? (1, 2) - dok.	12.00 Proces na gorąco - serial dok., USA	13.00 Mega Metro (3)	9.00 Podróż Gienna i Jastrzębia (1, 2)	11.35 Wszystkie kolory świata - dok., Francja	16.10 Tajemnice zaginionych miast (1): Angkor - serial dok.
16.00 Jak działa wszechświat? (8)	13.00 Proces na gorąco 2 - reality show	14.00 Kosmiczne horyzonty (4) - dok.	10.00 Podglądacze przyrody (3, 4) - dok.	12.40 Parki narodowe Korei Południowej (1): Góry - cykl dokum.	17.10 Kevin Costner: jak zdobywano Dzikie Zachód (8) - dok.
18.00 Jak to jest zrobione? 25 (24, 26)	14.00 W sieci kłamstw 3 - serial dokumentalny	15.00 Zaginięte skarby Biblii: Tajemnice wiary (3) - serial dok.	11.00 Z klimatem i z pasją (22) - pr. publicyst.	13.40 Konstytucja 3 maja	18.10 Koniec świata na 10 sposobów (6) - dok.
19.30 Jak to jest zrobione? - dok.	16.00 Morderce powiązania - serial kryminalny, USA 2017	16.00 Koloseum (2) - dok.	11.30 Wojny magazynowe (3-7)	14.25 Przygody pana Michała (10-13) - serial przyg., Polska	19.05 Starożytni kosmicci 17 (3) - dok.
20.00 Wyprawa w nieznanne 10	18.00 Wywiad z mordercą 2 - dok.	17.00 Zakazana historia (2, 3) - dok., Wlk. Bryt.	14.00 Gwiazdy lombardu 25 (4)	16.35 Znachor - dramat obyczajowy, Polska 1981, 140 min	20.00 Starożytni kosmicci 14 (12) - dok.
21.00 Wyprawa w nieznanne 9 - dok.	20.00 Zaginięte z Chicago - nierozwiązane sprawy - serial dok.	19.00 Wojna widziana z powietrza (1) - dok., Wielka Brytania	15.00 Megakonstrukcje przeszłości (4) - dok.	18.55 Tutanchamon: życie, śmierć i dziedzictwo (3) - serial dok., Wlk. Bryt.	21.00 Najbardziej zabójcze historie świata (9)
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	KOSTIUMOWY	DOKUMENTALNY
					
22.00 Sekrety Houdiniego: Pogrzebany żywcem - USA 2019	21.00 Trójkąt zbrodni: Lekcja żądy	22.00 Logistyka na wielką skalę (2) - Niem. 2024	22.00 Putin - władza za wszelką cenę - Niemcy 2022	19.55 Pan Tadeusz - Pol./FILM. 1999, 155 min	22.00 Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (6) - 2025
Harry Houdini zyskał sławę dzięki niesamowitym sztuczkom magicznym. Ekspersi spróbują odtworzyć w programie ryzykowny trik polegający na pogrzebaniu żywcem.	Dwójka nauczycieli wdala się w namiętny romans. Okazuje się, że jedna z osób jest już w stałym związku. Żądza doprowadzi do tragedii.	Każdej nocy przez lotnisko w Lipsku przechodzi 500 tysięcy paczek. Samoloty towarowe z całego świata lądują co minutę. Wszystkie elementy infrastruktury muszą działać bez zakłóceń.	W lutym rosyjski prezydent napadną na Ukrainę zaszokował Europę. Mimo działań podjętych przez państwa Zachodu bezwzględnie dąży do swoich celów.	Rok 1811. Po zakończeniu edukacji Tadeusz Soplica wraca do rodzinnego majątku. Poznaje Zosię, podopieczną Telimeny, a także odkrywa tajemnicę swojego rodu.	Twórcy programu przyglądają się „boskim” odkryciom. Analizują m.in. tajemnice związane z papieżami oraz zmiany w prawie, które wpływały na bieg historii.
23.00 Smakolęzy z fabryki	22.00 Trójkąt zbrodni: Napisła: morderstwo; Metamfetamina, chaos i morderstwo	23.00 Kosmiczne horyzonty (4) - dok.	23.00 Największe śledztwa CBŚP (4) - serial dokum.	22.30 Kroniki Hitlera (9)	23.00 Starożytni kosmicci 16 (18, 19)
0.00 Jak działa wszechświat? - dok.	0.00 Tożsamość ofiary - serial dokumentalny	0.00 Katastrofa w przestworzach (9, 10) - serial dok.	0.00 Pogromcy mafii (4) - serial dok., Pol. 2024	23.35 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (9)	0.50 Starożytni kosmicci 14 (12) - dok.
2.00 NASA - archiwum tajemnic - serial dok.	1.00 Trójkąt zbrodni	2.00 Alaska: Następne pokolenie (11, 12)	1.00 Rolnicy. Podlasie (26-29) - serial dok.	0.30 Trzeci maja, czyli dziś - dok., Pol. 2021	1.50 Kevin Costner: jak zdobywano Dzikie Zachód (8) - dok.
4.00 Zwykłe rzeczy - niezwykłe wynalazki 16 (20)	2.50 Mroczne piętno	4.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (1) - dok.	5.00 Kolowrotek (10, 11) - magazyn wędkarski	1.25 Portret Damy. Karolina Lanckorońska - film dokum., Polska 2004	2.45 Starożytni kosmicci 17 (1) - dok.
3.40 Zwykłe rzeczy - niezwykłe wynalazki 16 (20)	3.40 Zbrodnie, które wstrząsnęły Ameryką 6 - dok.				
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
9.00 Skarby z szopy (7-10)	13.35 Pod wulkanem. Requiem dla Katii i Maurice'a Krafftów	13.00 Planeta naczelnych	6.05 Dzikie języki (2-4) - dok.	14.05 Nowozelandzka wyprawa Jimmy'ego Doherty'ego (1) - dok.	11.00 Weterynarz z Gór Skalistych 5 - serial dok.
12.00 Łowcy staroci - dok.	15.15 Alfred Hitchcock: mistrz suspense - film dokum.	14.00 Parki narodowe Stanów Zjednoczonych (1) - dok.	9.15 Rok na Ziemi (4) - dok.	15.05 Potęga ssaków: kulisy	13.00 Klan z Alaski (12, 13)
13.00 Walka o bagaż (13) - dok.	17.00 Asteroidowy szal (2)	15.00 Dziewicza Ameryka (2)	10.15 Wspólna planeta (4)	15.20 Fenomeny współczesnego życia 3	15.00 Amba - rosyjski tygrys
14.00 Skarby z szopy - klasyki	18.00 Świat z góry 11 (10)	16.00 Zimowe królestwo (3)	12.25 Egipt: dolina wielorybów - film dokum.	16.30 Pewnego razu w kosmosie (2) - dok.	16.00 Na tropie zaginionych rekinów - film dokum.
15.00 Zoom na architekturę: Siedem cudów świata	18.40 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace 3 (4, 5)	17.00 Humorzysta zwierzaki	13.35 Robale ekstremaalne (2)	17.40 Potęga ssaków: kulisy	17.00 Cztery katy, cztery łapy
17.00 Tajemnice oceanów - serial dokumentalny, USA	19.45 Jak wyprodukować szczęście - film dok., Fr.	18.00 Oko w oko z dziką naturą (1) - dok., Wlk. Bryt.	14.40 Steve Backshall i sekretne życie pszczoł (1, 2) - film dok., Wlk. Bryt.	17.50 W okowach mrozu: Kanada 2 (8) - dok., Kan.	18.00 Podwodny świat z bliska - serial dok., USA
18.00 Zaginięte miejsca - dok.	20.50 Tajemnice Picassa (2)	19.00 Przedziwna planeta Ziemia (1) - serial dokum.	16.55 Steve Backshall: mila w pionie (1, 2) - film dok.	18.55 Malownicze trasy kolejowe (3) - serial dok.	19.00 Jak to robią zwierzęta?
19.00 Na ratunek starociom	22.00 Ten inny Bond - film dok.	20.00 Europa z powietrza (6)	19.00 Potwory z głębin (1)	19.55 Wyspy Atlantyku (3)	20.00 Zagadki świata zwierząt - serial dok., USA
20.00 Zoom na architekturę	23.40 Dokąd dzisiaj? 4 (100)	21.00 Planeta wielkich kotów - film dokumentalny, RPA	20.00 W powietrzu (1-4) - dok.	21.00 Wyspy. Laboratoria natury (5) - dok., Wlk. Bryt.	21.00 Nowojorskie Zoo - Bronx - serial dok., USA
21.00 Tajemnice oceanów (1)	0.00 Zamach na Bali.	22.00 Olsniwiająca Ameryka: Tajemnicza Kaskadia (3)	0.30 Potwory z głębin (2)	22.00 W okowach mrozu 12	22.00 Baseny jak z bajki - dok.
23.00 Przypadki z archiwum X	1.00 Anatomia zbrodni (1)	23.00 Cuda Afryki (3) - dok., Hol.	1.20 Zaczarowane góry: w sercu Niemiec - dok.	23.00 Planeta zmian 2 (2) - dok.	23.00 Wkręcenie w survival 1.00 Supermoce małych stworzeń - serial dok.
1.00 Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante	1.00 Satanistyczna historia. Historia Petera Ellisa	0.00 Królestwo drapieżników (1, 2) - dok.	2.15 Dzikie języki (5) - dok.		
2.00 Bitwy żołnierza polskiego - cykl dokum.					
2.50 Seryjni mordercy					
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
14.50 Arctyczna przyroda Laponii (10) - serial dok.	13.25 Operacja Overlord - alianci atakują (1, 2)	6.00 Australijscy łowcy bydła 2 (6) - dok., Australia	11.15 Ramzes: władca Egiptu	14.10 48 godzin 25 (9) - dok.	6.00 Kamperem przez świat
15.00 Kraina górskich szczytów i rzek - dok.	15.30 Zaginięte królestwo piratów (5, 6) - serial dok.	6.30 Wojna o złoto (1-3) - dok.	12.10 Aleksander Wielki: legendarny zdobywca	15.05 Morderstwo w rodzinie	8.05 Cudowny smak Indonezji (3-5) - mag.
16.00 Układ Słoneczny - dok.	17.40 Dawni budownicowie. Rzeźbiarze z Wyspy Wielkani - film dok.	9.15 Złoto Jukonu (1-5) - dok.	13.10 Wojny faraonów (2)	16.00 Dożywniacy (1, 2)	9.40 Smakuj świat z Pascalem (1)
17.05 Dziką Australią Zachodnią z Billem Baileym (2) - serial dok.	18.55 Mistrzowie budownictwa. Zamki templariuszy - film dok.	14.10 Australijscy poszukiwacze złota 9	14.25 Tajemnice Jezusa - dok.	17.00 To wszystko przez ciebie (4) - serial dokum.	10.15 Afryka Express (6)
17.55 Buntownicy z Placu Powstańców - film dok.	20.05 Kosmos - niewyjaśnione tajemnice starożytności	22.00 Wielki Mur z Ashem Dykesem (6) - serial dok.	15.35 Zaginięte miasta Biblii (1, 2) - film dok., Wlk. Bryt.	18.00 Morderstwo w motelu (5) - serial dokumentalny	11.55 Sukces nie zna granic
19.00 Mundial Biało-Czerwonych: Trzej przyjaciele z boiska	22.00 Zamki krzyżowców: budowie nie do zdobycia - film dokum.	23.10 Internetowy seksbiznes (1) - serial dok., Wlk. Bryt.	17.45 Historia sprawiedliwości (9)	19.00 Protokół zbrodni (6)	14.05 Człowiek kontra jedzenie (15-18) - mag.
20.00 Pieśni wielorybów - dok.	23.05 Sekrety Biblii (5) - dok.	0.05 Poszukiwacze klejnotów: Australia 2 (3-6) - serial dok., Australia	18.45 W poszukiwaniu zaginionych wikingów	20.00 Nastoletnie polskie zabójczynie (4, 3) - dok.	16.05 Kobieta na krańcu świata (6-8, 1) - dok., Pol.
21.30 Marlon Brando - tahitańska uluda - dok.	0.05 Łowcy nazistów (3)	3.50 Poszukiwacze klejnotów: Australia 3 (1, 2) - serial dok., Australia	20.00 Królowie-zabójcy (2)	21.00 Nie randkuj z Brandonem (1) - dok.	18.20 Cieżarówka przez Stany
22.40 Tamte lata, tamte dni		5.30 Australijscy łowcy bydła 2 (6, 7) - serial dok.	21.00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (3) - serial dokum.	22.00 Pierce Brosnan: Najbardziej zachwale napady (3) - serial dok.	21.20 Duchy Alaski (1, 2)
23.20 Świat po pracy - dok.			23.05 Wszystko, co zobaczyli	23.00 Najgroźniejsi seryjni mordercy (4) - serial dok.	23.25 Pomocy! W moim domu strasy (1, 2) - serial grozy
			0.00 Punkty zwrotne II wojny światowej	23.35 Uciec bestii (7, 11) - dok.	1.25 W co wierzą Osbourne'owie (17-20)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
<p>10.40 Soleczniki – polska dusza – reportaż, Pol.</p> <p>11.00 Między ziemią a niebem – magazyn</p> <p>11.45 Święto Konstytucji 3 Maja – transmisja</p> <p>13.25 Generałowie tułacze</p> <p>14.15 Piłka nożna: Betclik 1. Liga – studio</p> <p>LIVE 14.25 Piłka nożna: Betclik 1. Liga – mecz: Ruch Chorzów – Odra Opole</p> <p>17.00 Telexpress</p> <p>17.25 M jak miłość (1920)</p> <p>18.20 Polonia 24 Tygodnik</p> <p>19.20 Konstytucja 3 maja 1791 – felieton, 2022</p> <p>19.30 Program informacyjny 19.30</p> <p>19.55 Pytanie dnia – publ.</p> <p>20.05 Sport, pogoda</p>	<p>8.50 Kiedys to było... Koło fortuny (1977)</p> <p>10.05 Tańcząca ze światem – Maroko (1) – magazyn</p> <p>10.40 Szansa na sukces. Opole 2026 2 (8)</p> <p>11.45 Postaw na milion</p> <p>13.40 Prywatne życie zwierząt 14 (9)</p> <p>14.10 Super Gary. Gotuj z Bosacką! (4) – mag.</p> <p>14.40 Program rozrywkowy</p> <p>14.50 Tak to leciało! (78)</p> <p>15.50 Va banque (936, 937)</p> <p>17.00 Koło fortuny (1978)</p> <p>17.35 Program rozrywkowy</p> <p>17.45 Szansa na sukces. Opole 2026 2 (9)</p> <p>19.45 Moje przeboje (3)</p>	<p>6.00 Przyjaciółki (37, 38) – serial obycz., Polska</p> <p>8.00 Bogaty dom – biedny dom (120)</p> <p>9.00 Rolniczki (21, 22) – serial dok., Pol. 2025</p> <p>11.00 Najpiękniejsze domy na wsi (4)</p> <p>12.00 Darek Stolarz – remont w 3 dni (7)</p> <p>13.00 Bogaty dom – biedny dom (121)</p> <p>14.00 Nasz nowy dom (326) – reality show</p> <p>15.05 Demakijaż (221, 190)</p> <p>16.00 Kolacja w ciemno (22) – pr. rozrywk.</p> <p>17.00 Randka w ciemno (5) – program rozrywk.</p> <p>18.00 Nasz nowy dom (276, 277) – reality show, Polska</p>	<p>6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (174) – reality show</p> <p>6.55 Kataklizmy, które wstrząsnęły światem (3, 4) – serial dokum., USA/Czechy</p> <p>9.05 Galileo (1101, 1192, 1193) – program popularnonaukowy</p> <p>12.05 Asterix w Brytanii FILM – film animowany, Fr./Dania 1986, 105 min</p> <p>13.50 Faceci w czerni 2 FILM – komedia s.f., USA 2002, reż. Barry Sonnenfeld, 110 min</p> <p>15.40 Goście, goście FILM – komedia, Francja 1993, 135 min</p> <p>17.55 Uroczysko (239-242) – serial krym., Polska</p>	<p>12.05 Zakup w ciemno extra (36)</p> <p>12.35 Boys, boys, boys (1)</p> <p>13.35 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (10)</p> <p>14.35 Kanapowczynnie 3 (10) – pr. rozrywk.</p> <p>15.45 Express – pr. inform.</p> <p>16.05 Idź na całość 2 (24)</p> <p>17.05 Życie na kredytcie 8 (17) – reality show</p> <p>17.45 Express – pr. inform.</p> <p>18.05 Życie na kredytcie 8 (18) – reality show</p> <p>18.40 Damy i wieśniaczki. PL 11 (9) – fab.-dok.</p> <p>19.45 Express – pr. inform.</p> <p>20.00 Zakup w ciemno 7 (34) – reality show</p> <p>21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (10) – program rozrywkowy</p>	<p>5.20 Czas na zmianę (1)</p> <p>5.45 Zgłoś remont (2)</p> <p>6.35 Skąd pochodzę? (7)</p> <p>7.45 Dzień Dobry TVN</p> <p>11.30 Ostre cięcie 12 (7)</p> <p>12.30 Babski biznes (5)</p> <p>13.25 Jestem z Polski 16 (31, 32) – serial dok.</p> <p>15.25 Jestem z Polski (7) – serial dok., Pol. 2023</p> <p>16.20 Do zobaczenia (2) – mag. poradnikowy</p> <p>16.50 Do zobaczenia 2 (9) – mag. poradnikowy</p> <p>17.20 Bitwa o gości (8) – reality show</p> <p>18.15 Niezwykłe Stany Prokopa 6 (8-ost.) – program rozrywkowy</p> <p>19.10 Kuchenne rewolucje (14, 1) – program rozrywkowy</p>
<p>KRYMINALNY</p> 	<p>ROZRYWKOWY</p> 	<p>REALITY SHOW</p> 	<p>KRYMINALNY</p> 	<p>DOKUMENTALNY</p> 	<p>ROZRYWKOWY</p> 
<p>20.20 Komisarz Alex 22 (275) – Polska 2024</p> <p>Maria prosi sąsiadkę Zosię o pomoc w odnalezieniu brata Sargeja, zatrudnionego na farmie pod Warszawą. Kobieta angażuje się w sprawę. Pomagają jej Kozera i Alex.</p> <p>21.10 Prywotka u Wojtka, czyli Benefis Wojciecha Gąssowskiego (1, 2)</p> <p>23.00 Ranczo Wilkowskie FILM – komedia, Polska 2007, 100 min</p> <p>0.40 M jak miłość (1920)</p> <p>1.30 Program informacyjny 19.30</p>	<p>20.25 Kocham Cię, Polsko! (8)</p> <p>Marzena Rogalska poprowadzi rywalizację między drużynami Michała Koterskiego i Filipa Gurłacza. Zaprosili oni do gry m.in. Julię Kamińską oraz Majkę Jezewską.</p> <p>22.00 Postaw na milion – teleturniej</p> <p>23.00 Historia Polski według Kabaretu Moralnego Niepokoju (1, 2)</p> <p>0.50 Koło fortuny (1978)</p> <p>1.20 Kabaret. Super Show Dwójki 3 (28)</p> <p>2.20 M jak majówka (1, 2)</p>	<p>20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (25) – Polska</p> <p>Kamil ma dwa milionów obserwowanych w mediach społecznościowych i zarabia po 10 tysięcy złotych za post sponsorowany. Zamieszka w gospodarstwie leśnym.</p> <p>21.00 Gry małżeńskie (209) – reality show</p> <p>22.00 Kolacja w ciemno (97) – pr. rozrywk.</p> <p>23.00 Gry małżeńskie (119) – reality show</p> <p>0.00 Love Island. Wyspa miłości (316, 317)</p> <p>2.00 Gry małżeńskie (120, 121)</p>	<p>20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (137-140)</p> <p>W chlewni załoga znajduje zmasakrowane szczątki 30-letniej urzędniczki, powiązanej z właścicielami obiektu. Małżeństwo wskazuje na radykalnego aktywistę.</p> <p>0.00 STOP Drogwózka</p> <p>1.00 Samochody, które podbiły świat (1, 2) – serial dokumentalny</p> <p>2.55 Intervencja – mag.</p> <p>3.25 Lubię disco! (266)</p> <p>4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.</p> <p>5.30 Teledziesiąty Okazje – mag. rekl.</p>	<p>22.00 Żony Podlasia 4 (5) – Polska 2026</p> <p>Widzowie zobaczą, jakie zmiany planuje wprowadzić w swoim życiu i gospodarstwie Aldona. Sprawdzają też, co słychać u dwóch przyjaciółek – Gali i Krysi.</p> <p>23.00 Nic do zgłoszenia 4 (3) – serial dokum., Pol.</p> <p>0.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (9) – serial fab.-dok., Polska 2026</p> <p>1.00 Back to school. Prawdziwy egzamin 2 (5) – eduk.</p> <p>2.00 SOS. Ekipy w akcji (34, 35) – paradok., Pol.</p>	<p>21.05 Ostre cięcie 12 (7)</p> <p>Styliści odwiedzają salon Patrycji w Czechowicach-Dziedzicach. Szefowa nie ukrywa, że fryzjerskiego fachu uczyla się z treści publikowanych w internecie.</p> <p>22.00 Skąd pochodzę? (8) – serial dokumentalny</p> <p>23.10 Jestem z Polski (2)</p> <p>0.05 EuroPOLKI studentki (1) – rozr.</p> <p>1.05 Nieoczywiste miejsca (1, 2) – dok.</p> <p>2.05 Apetyt na miłość (3)</p> <p>3.40 Dieta czy cud? (3)</p> <p>4.15 Władza, co jem na diecie (5, 6) – mag.</p>
<p>TVP HD</p> <p>8.55 Ojciec Mateusz 10 (132, 133) – krym., Pol. 2013</p> <p>10.45 Czy wiesz, że? (267)</p> <p>11.20 Na sygnale (527, 528)</p> <p>12.25 Ojciec Mateusz 31 (405)</p> <p>13.20 Komisarz Alex 7 (85)</p> <p>14.15 Ranczo 5 (53) – obycz., Pol.</p> <p>15.10 Rolnik szuka żony (13) (10)</p> <p>16.10 Jak zostać królem FILM – dramat hist., Wlk. Bryt./Australia 2010, 130 min</p> <p>18.20 Ojciec Mateusz 20 (253)</p> <p>19.20 Ranczo 7 (86-88) – obycz.</p> <p>22.20 Jasminum – film obycz., USA</p> <p>22.50 Polska 2006, 125 min</p> <p>0.25 Daleko od szosy (1)</p> <p>1.55 Władza – thriller, USA FILM 2013, 120 min</p>	<p>TVP HD</p> <p>7.15 Kluchy i Lachy – gr. rozr.</p> <p>8.05 Przy muzyce po Śląsku</p> <p>8.30 Muzyczne dzień dobry</p> <p>9.35 Przy muzyce po Śląsku</p> <p>11.10 Kluchy i Lachy – pr. rozr.</p> <p>11.40 Muzyczne podróże Karoliny Trell – pr. rozr.</p> <p>12.35 Kino TVS: Film fabularny – 115 min</p> <p>14.30 Śląska karuzela – muz.</p> <p>16.00 Koncert zyczeń</p> <p>17.50 Szlagierowa lista – muz.</p> <p>19.45 Koncert w TVS – pr. muz.</p> <p>21.45 Kino TVS: Film fabularny – 110 min</p> <p>23.35 Śląska karuzela – muz.</p> <p>1.20 Program kulinarny</p> <p>2.50 Pasmo ciekawostek</p>	<p>ZOOM TV</p> <p>9.20 Jakubiak rozgryza Polskę 2 (6-8) – mag. kulin.</p> <p>10.55 Wojciech Czerwinski – boso przez świat</p> <p>13.15 Cztery pancerni i pies (3, 4) – wojenny, Pol. 1966</p> <p>15.45 Pokaż, kotku, co masz FILM – w środku – komedia, Polska 2011, 125 min</p> <p>17.50 Pan Wołodyjowski – film hist., Polska 1968, 190 min</p> <p>21.00 Igrzyska śmierci: Kosogłos. Część 2 – dramat s.f., USA/Niemcy 2015, 175 min</p> <p>23.55 Magia nagości. Polska 4</p> <p>1.00 Adam szuka Ewy. Niemcy 3 (1) – pr. rozrywk.</p>	<p>TLC HD</p> <p>13.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami – reality show</p> <p>14.00 Włoskie zdrady (1, 2)</p> <p>15.00 Wiza na miłość: David i Annie (2, 3) – reality show</p> <p>16.00 Rodzina Chantel 3</p> <p>18.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa (1) – reality show</p> <p>20.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 6</p> <p>21.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 8</p> <p>23.00 Transplantacja: drugie życie – serial dokum.</p> <p>0.00 Dr Pryszczylla 4 – dok.</p> <p>1.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 6</p>	<p>C+ KUCHNIA HD</p> <p>13.50 Sekrety świata przypraw 2 (3) – dok.</p> <p>14.45 Ziemia, ogień i smak (2)</p> <p>15.40 Bosacka daje radę 4 (5-8)</p> <p>17.35 Dzień dobrej, obiad 2</p> <p>18.25 Jakubiak rozgryza Chorwację (5, 6) – mag.</p> <p>19.20 Jakubiak rozgryza Włochy (1) – mag. kulin.</p> <p>19.45 Zgrillowani (7, 8) – mag.</p> <p>20.35 M jak mięso 3 (7, 8) – dok.</p> <p>21.25 Nie tylko kimchi (3)</p> <p>21.50 Podróż przez smaki Chin 3 (7, 8) – serial dokum.</p> <p>23.45 Sekrety świata przypraw 2 (4) – dok.</p> <p>0.40 David Rocco w zacinzu domowej kuchni (3, 4)</p>	<p>TVN TURBO HD</p> <p>13.15 Moto kombat (10) – mag.</p> <p>14.00 Zawodowy handlarz</p> <p>14.45 Duda kontra Szafranski</p> <p>15.30 Naprawy nie do naprawy (5) – mag.</p> <p>16.15 Prawko na święcie</p> <p>Jazda bez zasad (7) – rozr.</p> <p>17.00 Ciężarówka przez Chile</p> <p>18.00 Mobilni mechanicy (2)</p> <p>18.45 Raport końcowy (816)</p> <p>19.10 Nic do ukrzycia (7, 8)</p> <p>21.05 Jeździć, obserwować</p> <p>21.45 Moto kombat (10) – mag.</p> <p>22.30 Uwaga! Oszust: Schemat z ogłoszenia (8) – pr. rozr.</p> <p>23.00 Moto Farchy (10) – mag.</p> <p>23.40 Wojsy samochodowe</p> <p>0.35 101 napraw 5 (6, 7) – mag.</p>
<p>NOWA TV</p> <p>8.20 Frieren. U kresu drogi</p> <p>9.30 Dragon Ball Z Kai 2 (8-14)</p> <p>13.00 One Punch Man (1, 2)</p> <p>14.00 Kabaret na żywo – Klinika Skeczów</p> <p>Męczący (79) – pr. rozr.</p> <p>16.00 Kabaretowa Dynastia</p> <p>18.00 Kabaret na żywo. Przystanek Radość (8)</p> <p>20.00 Nowa Rewia Kabaretowa (4) – pr. rozr.</p> <p>21.00 Zdrady (44-47) – paradok.</p> <p>1.00 Wokół pedofili (187-190) – serial dokum.</p> <p>3.00 TV okazje (81, 82)</p> <p>3.50 Wielki czasu (503, 502)</p> <p>4.00 Sala operacyjna (9, 6)</p> <p>5.00 Pod lupą MIGACZ (5, 6)</p>	<p>METRO</p> <p>9.50 The Floor (13, 14) – telet.</p> <p>11.00 Dennis rozbiabaka FILM – kom., USA 1993, 110 min</p> <p>12.50 Diagnoza (1, 2) – obycz.</p> <p>14.50 Kryminalni 4 (1) – krym.</p> <p>15.55 Kryminalni (1-3) – krym.</p> <p>19.00 Milionerzy (782, 783)</p> <p>20.00 Złoto dla zachwytanych FILM – komedia wojenna, USA/Jugosławia 1970, 175 min</p> <p>22.55 Sekcja rytmiczna – thriller, Wielka Brytania/USA/Hiszp. 2020, 130 min</p> <p>1.05 Zbrodnie z pierwszych stron gazet (2) – dok.</p> <p>2.05 Szpital (688, 684)</p> <p>3.35 Szkola (794) – paradok.</p> <p>4.20 Pani gadżet (5) – mag.</p>	<p>ANTENA HD</p> <p>9.10 Krzysztof Ziemięc zaprasza (9) – pr. publicyst.</p> <p>10.00 Ostatni bój trzystu – dok.</p> <p>12.00 Polska. Największe tajemnice 2 (7) – pr. rozr.</p> <p>13.00 Gdzie tu coś zjesz? (3)</p> <p>14.00 Łowcy skarbów 3 (10-13) – przyg., Francja/Niem./Kan.</p> <p>17.55 77 TV 5 (24, 18) – pr. rozr.</p> <p>19.58 Czas na pogodę – pr. inf.</p> <p>20.00 Alex Huty – górski detektyw (9, 10) – krym.</p> <p>0.05 Ostatni bój trzystu – dok.</p> <p>2.15 Porwana FILM – W poszukiwaniu Sophie Parker – dramat obycz., USA 2013, 100 min</p> <p>3.55 77 TV 5 (2) – pr. rozrywk.</p>	<p>WP</p> <p>10.55 Kim Dzong Un: Współczesny despot</p> <p>12.05 Czarnobył: minuta po minucie – dok., Wlk. Bryt.</p> <p>13.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (6) – dok.</p> <p>14.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (10)</p> <p>15.00 Strażacy z sąsiedztwa 2</p> <p>16.00 Policjanci z sąsiedztwa 6 (6, 7)</p> <p>17.55 Policjanci w akcji (7, 8) – serial obycz., Polska 2026</p> <p>19.55 Policjanci z sąsiedztwa 6 (8, 9)</p> <p>21.55 Przebojowe kabarety</p> <p>23.55 Mistrzowie Kabaretu 14</p> <p>1.00 Mistrzowie Kabaretu 15</p>	<p>C+ DOMO HD</p> <p>11.25 Wielkie projekty: Nowa Zelandia (8) – serial dok.</p> <p>12.25 Ucieczka na wieś 24</p> <p>14.20 Wielkie projekty: Szwecja 5 (1) – serial dok.</p> <p>15.15 Kupiiliśmy sobie domek – damy radę 2 (3) – dok.</p> <p>16.10 W mieście czy na wsi?</p> <p>17.05 Wieleśkie domy do liftingu 2 (7) – dok.</p> <p>17.55 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 9 (8)</p> <p>18.25 Daleko od miasta (13) (1)</p> <p>19.00 Ucieczka na wieś 22</p> <p>21.00 Wielkie projekty: nasza ulica 3 (6, 7) – serial dok.</p> <p>22.50 Cudotwórcy (7, 9) (10)</p> <p>0.35 Pogromcy bałaganu 3</p>	<p>HGTV HD</p> <p>13.40 Zróbmy sobie dom (9)</p> <p>14.45 Prawdziwi ludzie, prawdziwe remonty</p> <p>15.40 Weekendowa metamorfoza 2 (1) – rozr.</p> <p>16.35 Weekendowa metamorfoza (4, 5) – rozr.</p> <p>18.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 7 (1-3) – pr. rozr.</p> <p>20.10 House Hunters – Poszukiwacze domów 6 (10) – pr. rozr.</p> <p>20.45 Domy z potencjałem: dom w Górach Skalistych (3) – pr. rozr.</p> <p>23.35 Łowcy staroci: historyczna renowacja</p>

POLSAT 2 HD

- 5.50 Wydarzenia
6.30 Sekrety rodziny
7.30 Z klimatem i z pasją
8.00 Sekrety rodziny
9.00 Trudne sprawy
14.00 Sekrety rodziny
15.05 Więzienie kobiet
17.00 Nasz nowy dom
18.20 Dywizjon 303

SUPER POLSAT

- 6.05 Wydarzenia
6.40 SuperLudzie
7.15 Byli sobie podróżnicy
10.00 SuperMocni
10.30 SuperMocni
11.00 Hop
13.10 Salon piękności
15.25 Uncharted
17.55 Świat według Kiepskich
19.00 Randka w ciemno

TV 6

- 6.00 Więzienie
6.30 Columbo
10.20 Poirot
12.35 Wyspa piratów
15.00 Policjanci i Policjantki
18.00 Strażnik Teksasu
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami

BBC FIRST HD

- 6.00 Ojciec Brown
7.30 Ludwigg
8.40 Śmierć pod palmami
9.45 Lewis
11.45 Co ludzie powiedzą?
13.45 Śmierć pod palmami
14.55 Ojciec Brown
15.50 Tajemnice Brokenwood
17.50 Z pamiętnika położnej

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC

- 8.05 44 Koty
8.20 Jak borsuk z lisem
8.30 Wissper
9.00 Piotruś Królik
9.30 Ziarno
10.05 Bajnutki
10.20 Bolek i Lolek
10.45 Reksio
11.05 Małe i duże przygody Miffy
11.20 Świnka Peppa
11.35 Stacyjkowo
11.55 Strząk Sam
12.25 Domisie
12.55 Halo, halo!
13.00 Zwierzaki Czytaki
13.20 Pszczołka Maja
13.50 Lupin wśród bajek

STACJE INFORMACYJNE

TVN 24

- 6.00 Serwis informacyjny
7.15 Kadr na Kino
7.30 Serwis informacyjny
10.45 Kawa na ławę
12.00 Serwis informacyjny
13.00 Łoża prasowa
14.00 Serwis informacyjny
15.45 Kadr na Kino
16.00 Fakty po południu
18.00 Serwis informacyjny
18.30 Ranking Mazura
19.10 Serwis informacyjny
19.25 Fakty po Faktach

KOMEDIA SENSACYJNA



20.25 Bad Boys for Life

Detektyw Burnett porzuca myśl o emeryturze. Wraz z kolegą Lowreyem musi powstrzymać szefową kartelu narkotykowego przed dokonaniem zemsty.

KORPUS WETERANÓW

22.50 Korpus weteranów

1.05 Komisarz Mama
2.05 Wydarzenia
2.50 Jesteśmy dla dzieci
3.20 Oblicza Ameryki

KOMEDIA



21.00 Bez urazy

Maddie ma problemy finansowe. Niebawem znajduje nietypową ofertę pracy. Rodzice nieśmiało Percy jego poszukują dziewczyny, która nauczy ich syna prawdziwego życia.

ZŁA KOBIETA

23.10 Zła kobieta

1.00 Backdoor. Wyjście awaryjne
1.30 Świat według Kiepskich
4.00 Nasz nowy dom

KRYMINALNY



22.00 Kości

W wypadku samochodowym ginie młoda kobieta. Przy życiu pozostaje jej małe dziecko, którym Booth i dr Brennan postanawiają się zająć.

NAGI INSTYNT

23.55 Nagi instynt

2.35 Kochane pieniądze
5.45 Telezakupy TV

KRYMINALNY



18.50 Ludwigg

Znika bliźniak Johna, nadinspektor James Taylor. By odnaleźć brata, mężczyzna przyjmuje jego tożsamość.

ŚMIERĆ POD PALMAMI

19.55 Śmierć pod palmami

21.00 Tajemnice Brokenwood
22.55 Dyplomata
23.55 Miłczący świadek

ANIMOWANY



14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham

Mały królik i jego tata mieszkają w pięknej dolinie. Razem poznają swoje otoczenie.

ŚWINKA PEPPA

14.30 Świnka Peppa

14.40 Topo Gigio
15.15 Ugotuj nam bajkę
15.35 Księga Ksiąg
16.05 Kosmo-kumple
16.35 Ricky Zoom
17.05 Super Wings

MAGAZYN



20.00 Kawa na ławę

Co tydzień gospodarz audycji zaprasza do studia parlamentarzystów i komentuje wydarzenia polityczne.

21.00 DOKUMENT

22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu
0.00 Fakty po Faktach
0.40 Kawa na ławę
1.45 Kadr na Kino
1.55 Nowa Maja
2.20 Akademia ogrodnika
2.22 Szkło kontaktowe
3.05 Łoża prasowa

POLSAT PLAY

- 6.00 Dorwać tuńczyka
9.10 Kołowrotek
9.40 Taaka ryba
10.10 Jazdy na ryby!
12.15 Chłopaki do wzięcia
13.05 Zawód glina
14.05 Budowlancy
15.05 Ziomiarze
16.05 Polacy za granicą
18.10 Górale
21.05 Chłopy do wzięcia
22.00 Drwale i inne opowieści
22.30 Łowca pedofilów
23.05 Więzienie
4.00 Tajna historia XX wieku
4.00 Starożytni kosmicy

FOOD NETWORK

- 9.50 Dieta czy cud?
11.20 Wiem, co jem i wiem, co kupuję
12.05 Wiem, co jem 4
12.35 Dziecięce mistrzostwa
13.35 Kuchenne rewolucje
15.35 Kuchnia jak u mamy
16.45 Wiejskie włoskie gotowanie
17.55 MasterChef Nastolatki
19.15 Dziwacznice
20.15 Pojedynyk na grill
21.15 Wiosenny turniej
22.20 Apetyt na miłość
23.20 Perfekcyjni gospodarze

POLSAT RODZINA

- 12.30 Co ludzie powiedzą?
14.30 Tajemnice Bałtyku
15.40 Poza kontrolą
16.50 Świat z góry
18.05 Pingwiny
19.00 Skąd wiesz?
21.30 Calkiem nowe lata
22.00 Twoja Twarz Brzmi
23.55 Zamki krzyżowców

BBC LIFESTYLE

- 8.50 Życie w Dubaju
11.05 Mistrzowie szycia
14.30 Wielkie amerykańskie wypieki
16.25 Luksusowe koleje
18.30 Na bogato: sekrety
19.30 Cała prawda
20.30 Wielkie amerykańskie wypieki
21.30 Miłosne przekrety
22.35 Cena idealnego ciała

NICK JR.

- 14.45 Zwierzęce zagadki
15.36 Świnka Peppa
16.10 Blaze i Megamaszyny
17.00 Rubble i jego ekipa
17.30 Pan Krokodyl
18.00 Barbapapa i jego
18.25 Tim Rex wśród gwiazd
19.25 Przygody Misia
19.50 Przygody Misia
20.00 Świnka Peppa
20.30 Barbapapa i jego
22.20 Psi Patrol

POLSAT NEWS

- 15.00 W rytmie dnia
15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15:50
16.30 W rytmie dnia
17.30 Z drugiej strony
18.35 Debata polityczna
19.15 Gość
19.30 Państwo w państwie
21.00 Polsat News ujawnia:
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie
23.30 Obraz dnia
0.00 Czysta Polska

TVP KOBIECI

- 12.00 Okrasa lamie przepisy
12.30 Kwiaty na warsztat
13.00 Tak to leciało!
14.00 Rodzinka.pl
15.00 Wywiad z Lady i Lordem
15.30 Ojciec Mateusz
17.25 Białe autobusy
18.30 Daję słowo
19.30 Fanfan Tulipan
21.15 Bardo (2)
22.15 Colombiana
23.00 Judy

E! ENTERTAINMENT

- 9.50 Z kamerą
11.40 Tyler Henry
13.30 Plastikczna fuzerka
15.20 Z kamerą
17.10 Tyler Henry
19.00 Oglądaj na żywo
19.30 Plastikczna fuzerka
21.30 Z kamerą
22.30 Z kamerą
23.30 Tyler Henry

TV TRWAM

- 17.00 Żyłem obok świętego
17.30 Sól ziemi
17.55 Poczet wielkich
18.00 Regina Coeli
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończone
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
21.45 Stan bezpieczeństwa państwa
22.00 Mocni Jego mocą

BBC BRIT

- 8.00 Top Gear
10.10 Allo, allo!
11.30 Nadzwyczajne maszyny
13.30 Top Gear: Ambitne
15.40 Alfabet Top Gear
18.05 Nadzwyczajne maszyny
20.00 Tajemnice Trójkaty
21.00 Inżynieryjne katastrofy
22.00 Top Gear: Ambitne
2.05 Nadzwyczajne maszyny
2.05 Tajemnice Trójkaty
2.55 Top Gear
4.35 Top Gear

MINI MINI+

- 13.21 Kicia Kocia
13.37 Robotkowo
13.55 Moje urodziny
14.00 Bing
14.20 Strząk Sam
14.45 Looloo Kids
15.01 Gazu, pieski, gazet!
15.28 Kicia Kocia
15.45 Jeżyk Happy
16.02 Marta mówi
16.30 Mega Ekspres
16.56 Ciekawski George
17.50 Moje urodziny
17.55 Blaze i megamaszyny
19.55 Smurfy
20.20 Cloudy & Stormy
20.35 Dolina Muminków
21.01 Wierszki domowe

TVP 3

- 12.55 Piosenka dla Ciebie
14.00 Rączka gotuje
14.30 Program lokalny
15.00 Koronka do Miłosierdzia
15.20 Program lokalny
19.25 LIGA Piłka nożna
21.30 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów
22.20 Pogoda
22.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie
23.00 Calkiem z bliska
23.30 Calkiem niezła historia
0.25 Serwis Info Wieczór

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

11.10
FILMBOX PREMIUM
Kaktus
KOMEDIA OBYCZAJOWA
Hipochondryk Sami myśli, że niedługo umrze. Postanawia odnaleźć w Indiach uzdrowiciela cudotwórcę. Reż.: Gérard Bitton, Michel Munz, A: Pascal Elbé, Clovis Cornillac, Alice Taglioni
Francja 2005 **105 min ► do godz. 12.55**

14.00
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: Ariele Mandi, Zar Amir Ebrahimi
USA/Wlk. Bryt. 2023 **130 min ► do godz. 16.10**

15.35
TVP KULTURA
Kocie ślady
KRYMINALNY Młody milicjant Wojciech Góralczyk próbuje rozpracować szajkę przemytników drożych kamieni grasującą w Zakopanem. Reż.: Paweł Komorowski, A: Janusz Gajos, Mieczysław Pawlikowski
Polska 1971 **95 min ► do godz. 17.10**

16.40
CINEMAX
Pysznie
KOMEDIA Przyjaciółki Ona i Saule biorą udział w telewizyjnym konkursie kulinarnym. Pierwsza z nich zakochuje się w jurorze Emanuelle. Reż.: Egle Vertelyte, A: Lina Rastokaite, Leonardas Pobodonoscevas
Litwa 2024 **110 min ► do godz. 18.30**

18.55
POLSAT FILM
Z Bożą pomocą
PRZYGÓDOWY Podróżujący z rodziną prywatnym samolotem Doug White odkrywa, że pilot zmarł. Przejmuje stery i desperacko walczy o przeżycie. Reż.: Sean McNamara, A: Dennis Quaid, Anna Enger Ritch, Jesse Metcalfe
USA 2023 **125 min ► do godz. 21.00**

19.15
WARNER TV
Invictus: Niepokonany
BIOGRAFICZNY Afrykański przywódca próbuje zjednoczyć naród. Postanawia wykorzystać do tego turniej rugby. Reż.: Clint Eastwood, A: Morgan Freeman, Matt Damon, Tony Gorgore
USA 2009 **165 min ► do godz. 22.00**

21.00
SCI FI
Pompeje
KATASTROFICZNY Gladiator Milo zostaje wysłany do Pompejów na igrzyska. Dowiadyuje się, że w mieście gości morderca jego bliskich. Reż.: Paul W.S. Anderson, A: Kit Harington, Emily Browning, Kiefer Sutherland
Kan./Niem./USA '14 **120 min ► do godz. 23.00**

23.45
STOKPLATKA
Przebiegła gra
SENSACYJNY Agent FBI traci informatora. Odkrywa, że zginął on dwa lata wcześniej. Wraz z jego żoną chce wyjaśnić zagadkową sprawę. Reż.: Brian Trenchard-Smith, A: Cuba Gooding Jr., Emmanuelle Vaugier
USA 2013 **125 min ► do godz. 1.50**



McCall poznaje mroczny sekret lokalnej społeczności. Postanawia działać.



21.35
POLSAT
Bez litości 3.
Ostatni rozdział

THRILLER Zawodowy zabójca pomaga nowym przyjaciołom, którym zagraża włoska mafia. Robert McCall to był w malowniczym, niewielkim miasteczku szybko zyskuje sympatię lokalnej społeczności, której staje się częścią. Przez chwilę może cieszyć się upragnioną beztróską, jednak sielankę przerywa odkrycie, że jego nowi znajomi pozostają pod wpływem gangsterów. Gdy sytuacja wymyka się spod kontroli, przybysz decyduje się wykorzystać swoje doświadczenie i umiejętności, by stawić czoło groźnym przestępcom i ochronić mieszkańców. **HD 145 min ► do godz. 0.00**

USA/Włochy 2023 Reż.: Antoine Fuqua Wyst.: Denzel Washington, Dakota Fanning, Eugenio Mastrandrea



20.00
TVP KULTURA
Tylko dla twoich oczu
SENSACYJNY Bond (Roger Moore) ma odzyskać tajne urządzenie kodowe, które znajduje się na statku zatopionym u wybrzeży Grecji. Musi się spieszyć. Wrakiem interesuje się radziecki wywiad. Reż.: John Glen Wyst.: Carole Bouquet
Wlk. Bryt. 1981 **HD 135 min ► do godz. 22.15**



20.00
TV PULS
Poza prawem
SENSACYJNY W trakcie wycieczki Shannon (Jaime King) jest świadkiem zabójstwa. Od tej pory staje się celem skorumpowanych stróżów prawa. Pomaga jej emerytowany policjant Jack Harris (Bruce Willis). Reż.: Mike Burns Wyst.: Tyler Jon Olson
USA 2021 **HD 120 min ► do godz. 22.00**



20.00
STOKPLATKA
90 minut do śmierci
THRILLER Opuszczony szpital ma zostać wyburzony. Szef gangu, który przebywa w więzieniu, ukrył w budynku 3 mln dol. 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**



22.00
TV PULS
Kickboxer
SENSACYJNY Mistrz kickboxingu Eric Sloane zostaje nieprzepisowo znokautowany w trakcie walki. Okazuje się, że będzie niepełnosprawny. Kurt (Jean-Claude Van Damme) postanawia pomóc swojego brata na ringu. Reż.: Mark DiSalle Wyst.: Dennis Chan
USA 1989 **HD 120 min ► do godz. 0.00**



22.40
TVN
G.I. Joe: Czas Kobry
SENSACYJNY Kpt. Hauser (Channing Tatum) wstępuje w szeregi oddziału pod wodzą gen. Abernathy'ego (Dennis Quaid). Staje do walki z Destrem, który wspiera tajemniczą organizację Kobra. Reż.: Stephen Sommers Wyst.: Sienna Miller
USA/Czechy '09 **HD 140 min ► do godz. 1.00**



22.40
TV 4
Purpurowe rzeki 2: Aniołowie Apokalipsy
THRILLER Lotaryngia. Zakonnicy dostrzegają krew wypływającą ze ścian klasztoru. Komisarz Pierre Niemans (Jean Reno) odkrywa, że pod tyńkiem znajdują się zwłoki. Reż.: Olivier Dahan Wyst.: Christopher Lee
Fr./Wł. 2004 **HD 125 min ► do godz. 0.45**

→ filmowe hity



Phillip bezsilnie patrzy, jak brat samobójczynie manipuluje jego bliskimi.

21.00 Każdy twój oddech

THRILLER Tragiczna śmierć pacjentki kładzie się cieniem na życiu uznanego psychiatry i jego rodziny.

HIT DNIA Phillip to zaangażowany w swoją pracę psychiatra. Wśród jego pacjentów jest zmagająca się z depresją Daphne. Gdy dziewczyna zostaje znaleziona martwa, policja uznaje, że odebrała sobie życie. Po tragedii kariera zawodowa terapeuty staje pod znakiem zapytania. Phillip próbuje poradzić sobie z wyrzuta-

mi sumienia. Sytuacja się komplikuje, gdy w jego domu zjawia się brat samobójczynie, James. Z czasem staje się on częstym gościem i niepostrzeżenie zaczyna ingerować w życie lekarza i jego najbliższych. **HD 140 min ▶ do godz. 23.20**

USA 2021 **Reż.:** Vaughn Stein **Wyst.:** Casey Affleck, Michelle Monaghan, Sam Claflin, Veronica Ferres, India Eisley



21.00 Terrorysta

KRYMINALNY W Londynie dochodzi do zamachu. Służby ustalają, że atak przeprowadziła zorganizowana grupa, która prawdopodobnie planuje kolejne operacje. Agent Ewan (Sean Bean) musi wytropić jej dowódcę.

Reż.: Hadi Hajaig **Wyst.:** Tom Burke **Wik. Bryt.** 2012 **HD 135 min ▶ do godz. 23.15**



23.20 Ocean's 8

KOMEDIA KRYMINALNA Debbie (Sandra Bullock), siostra oszusta Danny'ego, jest gotowa zrealizować największy skok w swoim życiu – zdobyć naszyjnik o wartości 150 milionów dolarów. Kompletuje ekipę ekspertek.

Reż.: Gary Ross **Wyst.:** Cate Blanchett **USA** 2018 **HD 140 min ▶ do godz. 1.40**



21.45 Iluzja

THRILLER Czwooro morderców, m.in. Henley (Isa Fisher), podczas występu w Las Vegas na oczach publiczności okradają bank w... Paryżu. Pieniądze rozdają widzom. Trwa śledztwo. Tymczasem grupa szykuje kolejny występ.

Reż.: Louis Leterrier **Wyst.:** Jesse Eisenberg **Francja/USA** 2013 **125 min ▶ do godz. 23.50**



23.25 Point Break: Na fali

SENSACYJNY Johnny Utah (Luke Bracey) z FBI prowadzi śledztwo dotyczące serii napadów. Dowody wskazują, że sprawcami są osoby lubiące ryzyko. Agent łączy do fanów sportów ekstremalnych.

Reż.: Ericson Core **Wyst.:** Edgar Ramirez **USA/Niem.** 2015 **HD 120 min ▶ do godz. 1.25**

→ sport



13.45 MŚ w Sheffield

SNOOKER LIVE Ciąg dalszy finałowego meczu. Spośród aktywnych graczy największą liczbę tytułów mistrzowskich ma na koncie Ronnie O'Sullivan – siedem. Anglik rozpoczął tegoroczny czempionat w Crucible Theatre od wygranej z Chińczykiem He Guoqiangiem. **HD 195 min ▶ do godz. 17.00**



17.55 Polonia Bytom – Polonia Warszawa

PIŁKA NOŻNA LIVE W rundzie wiosennej 1. ligi zespół ze Śląska nie wygrał meczu u siebie. Walczące o powrót do Ekstraklasy Czarne Kozuły nie są dobrymi rywalami na polu. **HD 130 min ▶ do godz. 20.05**



18.55 Radomiak Radom – Lechia Gdańsk

PIŁKA NOŻNA LIVE Ekipa z Trójmiasta zamierza wyrównać rachunki z gospodarzami. Przegrała z nimi bowiem dwa poprzednie mecze 1:2. Podbudowany wygraną z Widzewem Radomiak tanio skóry nie sprzeda. **HD 125 min ▶ do godz. 21.00**



20.55 Sevilla – Real Sociedad

PIŁKA NOŻNA LIVE Broniący się przed spadkiem do Segunda Division zespół z Andaluzji postara się sprawić kolejną niespodziankę i pokonać zdobywcę Pucharu Hiszpanii. W kwietniu ograł Atletico. **HD 130 min ▶ do godz. 23.05**

→ rozrywka



21.30 Bitwa o gości

REALITY SHOW W Grabcowcu pod Toruniem siostry Paulina i Agata prowadzą pensjonat Poranna Rosa. Oferują noclegi, plac zabaw i burgerownię. Będą rywalizować m.in. z właścicielkami obiektu łączącego warsztaty z warsztatami rozwoju duchowego. **HD 70 min ▶ do godz. 22.40**



22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24

REALITY SHOW Konrad Mariański, Jakub Feliński oraz inni uczestnicy zapraszają na nietypowy przewodnik po tym, co najciekawsze w telewizji. Komentują wybrane programy rozrywkowe, seriale i filmy. **HD 80 min ▶ do godz. 23.20**



22.20 Małgorzata Ostrowska na dobry wieczór

KONCERT Największe przeboje wykona wokalistka Lombardu w latach 1981-1991. W 1993 roku rozpoczęła ona karierę solową. Przybliży tło powstania wybranych utworów. **HD 55 min ▶ do godz. 23.15**

→ dokument



12.50 Magiczne Dolomity – Masyw Geislera

NATURA Twórcy ukażą z podniebnej perspektywy szczyty uznawane za najpiękniejsze w Dolomitach. Opowiedzą o legendach regionu, tradycjach i nietypowych atrakcjach. **HD 70 min ▶ do godz. 14.00**

TVP 1 TVP 1 HD **DVB T2**

- 6.00 **Sprawdzamy** – magazyn
- 6.25 **Akacja 38** (849) – telenowela, Hiszpania 2015
- 7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 **Studio Raban** – mag.
- 8.00 **Serwis Info** – program inform.
- 8.20 **Zaraz wracam 2** (122) – serial obyczajowy, Polska 2025
- 9.00 **Ranczo 2** (20) – obycz., Pol. 2007
- 10.00 **Komisarz Alex 3** (29): Sekret – serial kryminalny, Polska 2013
- 11.00 **Ojciec Mateusz 10** (133) – serial kryminalny, Polska 2013
- 12.00 **Serwis Info** – program inform.
- 12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 **Agropogoda** – program inform.
- 12.35 **Rok w ogrodzie extra** – mag.
- 12.50 **Natura w Jedynce: Magiczne Dolomity – Masyw Geislera** – film dokumentalny, Austria 2012
- 14.00 **Złoty chłopak** (282) – serial obyczajowy, Turcja 2022
- 15.00 **Serwis Info** – program inform.
- 15.15 **Reporterzy** – mag. reporterów
- 15.35 **Gra słów. Krzyżówka** (1135) – teleturniej
- 16.05 **Dziedzictwo** (908) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 **Telexpress, pogoda**
- 17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 17.55 **Klan** (4707) – telenowela, **VOD** Polska 2026
- 18.20 **Zaraz wracam 2** (123) – serial obyczajowy, Polska 2025
- 18.55 **Akacja 38** (860) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 **Program informacyjny 19.30**
- 19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 **Sport, pogoda**

TVP 2 TVP 2 HD **DVB T2**

- 4.30 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2022
- 5.30 **M jak miłość** (1747) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 6.25 **Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny
- 6.55 **Barwy szczęścia** (3371) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 **Pytanie na śniadanie** – mag.
- 11.40 **Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulinarny
- 12.10 **Program publicystyczny**
- 12.30 **Koło fortuny** (1818) – teleturniej
- 13.15 **Panna młoda** (86) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 **Va banque** (954) – teleturniej
- 14.35 **Na sygnale** (893): To nic śmiesznego – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (382) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- Romulo i Maria przedstawiają Lorenzowi postulaty pracowników. Strony idą na ustępstwa.
- 16.00 **Koło fortuny** (1819) – teleturniej
- 16.35 **Familiada** – teleturniej
- 17.20 **Panna młoda** (87) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 **Va banque** (955) – teleturniej
- 18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 **Barwy szczęścia** (3371) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 19.55 **Domowe patenty 2** (3) – magazyn poradnikowy
- 20.05 **Barwy szczęścia** (3372) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.40 **Kulisy serialu „M jak miłość”** – cykl felietonów

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** (248, 249): Dobry duszek; Zatruta miłość – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 **Trudne sprawy** (1054, 1055) – serial paradokumentalny, Polska 2021
- 11.35 **Gliniarze** (751-753) – serial paradokumentalny, Polska 2022
- 14.40 **Dlaczego ja?** (1559) – serial paradokumentalny, Polska 2026
- 15.50 **Wydarzenia, pogoda**
- 16.20 **Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.30 **Na ratunek 112** (1156) – serial paradokumentalny, Polska 2026
- 17.00 **Gliniarze** (1196) – serial paradokumentalny, Polska 2026
- Policjanci prowadzą śledztwo w sprawie morderstwa 70-letniego rolnika, którego zwłoki znaleziono w sadzie. Dowiadują się o jego konfliktach z sąsiadem oraz rodziną.
- 18.00 **Pierwsza miłość** (4208) – serial obyczajowy, Polska 2026
- Jurek przyłapuje narzeczoną na kłamstwie. Angelika dowiaduje się, że Biały wyjeżdża do Kosowa. Kalina szuka dowodów, które oczyszczyłyby ją z zarzutów odpowiedzialności za katastrofę budowlaną.
- 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** (1627) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 6.50 **Kuchenne rewolucje** (10): Wójtowo – Bistro Mateczka – program rozrywkowy
- 7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
- 11.20 **Doradca Smaku** (24) – magazyn kulinarny
- 11.25 **Kuchenne rewolucje** (8, 6): Poznań – Bistro Brejk; Komorniki – Pod Dębami – program rozrywkowy
- 13.40 **Ukryta prawda** (1587, 1588, 1677) – paradok., Polska Alicja i Karol bez powodzenia starają się o dziecko. Dominika, siostra mężczyzny, tymczasowo wprowadza się do pary. Z czasem Alicja nabiera podejrzeń co do relacji rodzeństwa.
- 16.50 **Zpital św. Anny** (120) – serial obyczajowy, Polska 2026
- Pacjenci i personel onkologii publikują w sieci apel o ocalenie oddziału. Łukasz operuje postarzelonego mężczyznę. Do szpitala przychodzi policja.
- 17.55 **Detektywi** (314) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- Prokurator, dawny znajomy detektywu Anny Potaczek, otrzymuje groźby. Śledztwo prowadzi do fundacji prowadzonej przez żonę mężczyzny.
- 19.00 **Fakty, sport i pogoda**
- 19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów
- 20.15 **Na Wspólnej** (4205) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.50 **The Floor** (8) – teleturniej

20 **TEATR TELEWIZJI**



- 20.30 **Potop** – Polska 2026
- Kmicic stara się pojąć, w jakiej rzeczywistości żyje i co powinni zrobić. Zabiera widzów w podróż przez różne epoki i światy, ukazując, że historia nie jest jedynie elementem przeszłości, ale istnieje w naszej codziennej egzystencji. Spektakl inspirowany powieścią Henryka Sienkiewicza.
- 22.35 **Postscriptum** – wywiad
- 23.05 **Świat bez fikcji: Taniec z rosyjskim niedźwiedziem, część 5** – film dokumentalny, Polska 2025
- Prof. Katarzyna Pisarska i aktorka Hanna Hopko składają hołd przy pomniku Niebiańskiej Sotni w Kijowie. Przypominają o trwającej walce Ukrainy o przetrwanie.
- 0.05 **Balans bieli** – program religijny
- 0.40 **Chopin. Pragnienie miłości** – melodramat, Polska 2002, reż. Jerzy Antczak, wyk. Piotr Adamczyk, 125 min
- 2.45 **Patrzę na ciebie, Marysiu** – film obyczajowy, Polska 1999, reż. Łukasz Barczyk, wyk. Maja Ostaszewska, 70 min

OBYCZAJOWY



- 20.55 **M jak miłość** (1930) – Polska 2026
- Natalię i Mikołaja Lipińskiego zaczyna łączyć przyjaźń. Mężczyzna nie tylko zaprasza ją na kawę, ale składa również propozycję poprowadzenia zajęć dla uczniów o bezpieczeństwie na drodze. Hania ponownie próbuje zmobilizować Adama, by ten oświadczył się jej mamie. Przemocowy ojczym Franka zmusza go do kolejnego spotkania.
- 21.55 **Na sygnale** (894-896): Zacier ostatniej szansy; Głowa rodziny; Sprawy życia, śmierci i głupoty – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 23.25 **Point Break: Na fali** – film sensacyjny, USA/Niemcy/Chiny 2015, reż. Ericson Core, wyk. Edgar Ramirez, Luke Bracey, Ray Winstone, Teresa Palmer, 120 min
- 1.25 **Cztery pory roku w Hawanie** (4) – serial kryminalny, Kuba/Hiszpania 2016
- 2.15 **Akacja 38** – telenowela, Hiszpania 2015
- 3.55 **Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025
- 4.20 **Zakończenie**

TELETURNIEJ



- 19.55 **Milionerzy**
- Hubert Urbański zaprasza kolejnych zawodników wyłonionych w castingu. By zdobyć nagrodę główną, muszą oni poprawnie odpowiedzieć na 12 pytań z różnych dziedzin. W razie wątpliwości mogą skorzystać z kół ratunkowych.
- 20.30 **Farma** (206) – reality show
- Rozpoczyna się finałowy tydzień, któremu będą towarzyszyć emocje związane z pojedynkami. Przegrany wytypuje w pożegnalnym liście osobę do pierwszego starcia.
- 21.35 **Megahit: Bez litości 3. Ostatni rozdział** – thriller, USA/Włochy 2023, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Dakota Fanning, Eugenio Mastrandrea, David Denman, 145 min
- 0.00 **7 sekund** – film sensacyjny, Rumunia/Szwajcaria/Wielka Brytania 2005, reż. Simon Fellows, wyk. Wesley Snipes, Tamzin Outhwaite, 125 min
- 2.05 **Nie oddychaj 2** – thriller, USA 2021, reż. Roddo Sayagosa, wyk. Stephen Lang, Brendan Sexton III, Madelyn Grace, 155 min

REALITY SHOW



- 21.30 **Bitwa o gości** (9)
- W Grabowcu pod Toruniem siostry Paulina i Agata od 15 lat zarządzają pensjonatem Poranna Rosa. Oferują gościom nie tylko noclegi, lecz także salę weselną, prywatny staw i burgeni. Będą rywalizować z właścicielkami Kocięj Oazy Czary Mary u Tamary oraz Markiem i Grzegorzem, którzy prowadzą Aparthotel Jurowiecka 60.
- 22.40 **G.I. Joe: Czas Kobry** – film sensacyjny, USA/Czechy 2009, reż. Stephen Sommers, wyk. Channing Tatum, Dennis Quaid, Christopher Eccleston, Sienna Miller, 140 min
- 1.00 **Mortal Kombat** – film sensacyjny, USA 2021, reż. Simon McQuoid, wyk. Lewis Tan, Jessica McNamee, Josh Lawson, Joe Taslim, 145 min
- 3.25 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
- 4.05 **Uwaga!** – magazyn reporterów
- 4.20 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11** (18) – serial kryminalny, USA/Kanada 2011
- 5.15 **Kto was tak urządził?** – magazyn

TVN 7 HD DVBT2

- 5.20 Ten moment** (6) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (621-623) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 8.45 Ukryta prawda** (1288, 1202, 1203) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.55 W-11 – Wydział Śledczy** (951-953): Swobodna kobieta; Druga szansa; Zastraszeni – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2012
- 14.00 Detektywi** (74): Tajemnice Jagody – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 15.00 Sędzia św. Anny** (110) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (615, 617): W imię prawa; Toksyczna przyjaciółka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 18.00 Sekrety życia** (10) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 19.00 Ukryta prawda** (1481) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Dominik zgłasza zniknięcie synka. Zeznaje, że w nocy przed zaginięciem dziecka zorganizował imprezę. Jego żona nie wie, co się dzieło, gdyż zażyła lek nasenny.
- 20.00 Hotel Paradise 12** (37) – reality show

TV PULS HD DVBT2

- 6.00 Policjanci z Miami** (4, 5): Spoko, luzik; Powrót Calderone'a, część 1 – serial kryminalny, USA 1984-1989
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (11, 12): Młoda, kobieca, bardzo wybuchowa; Sprawa Stillera – serial sensacyjny, Niemcy 2014
- 10.00 Triumf miłości** (131, 132) – serial obyczajowy, Meksyk 2010
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (66) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspaniałe stulecie 2** (91) – serial kostiumowy, Turcja 2011-2012
- 14.00 Przepis na zbrodnię** (29) – serial kryminalny, Polska 2026
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 13** (703, 704) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 17.00 Dzielnica strachu 10** (464): Gry małżeńskie – serial kryminalny, Polska 2025-2026
Luiza miewa niepokojące sny, a także luki w pamięci. Po zniknięciu męża pojawia się przy niej natarczywy nieznajomy.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (994, 995) – serial obyczajowy, Polska 2026
Antek i Kuba dokuczają swojemu sąsiadowi, Mirosławowi. Babcia chłopców odkrywa, że senior może być bohaterem.

PULS 2 HD DVBT2

- 5.50 Ale numer! 23** (2) – pr. rozrywk.
- 6.25 Smerfy 2** (30) – serial anim.
- 6.35 Jeżyk i Przyjaciele** (3, 2) – anim.
- 7.00 Psi Patrol 8** (16) – serial anim.
- 7.35 Superkoty** (20) – serial anim.
- 8.00 Myszka Miki: Frajdomek** (18) – serial animowany, USA 2021
- 8.35 Masza i Niedźwiedź 6** (3, 4)
- 8.50 Świnka Peppa 2** (51) – anim.
- 8.55 Bing** (15, 16) – serial animowany
- 9.25 Basia 2** (19, 20) – anim., Pol. 2019
- 9.50 Jeżyk i Przyjaciele** (1, 2) – anim.
- 10.00 Spidey i superkumple 2** (45, 44) – serial anim., USA 2022
- 11.00 Gigantozaur 2** (17) – serial anim.
- 11.25 Dinopociąg 2** (19) – serial anim.
- 11.55 Smerfy** (105, 106) – serial anim.
- 13.00 Gumisie 4** (9, 8) – serial anim.
- 14.00 Kacze opowieści** (40, 42)
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (49) – serial anim.
- 15.35 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 4** (14) – serial anim.
- 16.00 Superthings: Kazoom Power** (24, 25) – serial anim., Hiszp. 2024
- 16.15 Fineasz i Ferb** (19) – serial anim.
- 16.50 Marta mówi 2** (10) – serial anim.
- 17.10 Superkoty** (19) – serial anim.
- 17.45 Świnka Peppa 2** (51) – anim.
- 17.50 Bing** (15, 16) – serial animowany
- 18.20 Masza i Niedźwiedź 6** (3, 4) – serial animowany, Rosja
- 18.35 Myszka Miki: Frajdomek** (18) – serial animowany, USA 2021

NETFLIX



ZAUFAJ MI: FAŁSZYWY PROROK

Historia Samuela Batemana, lidera fundamentalistycznej wspólnoty FLDS, widziana oczami pary, która przeniknęła do otoczenia guru i poznała jego historię.

►serial dokum. (4 odc.), USA 2026



TAJNY INFORMATOR 2

Agent specjalny Charles Nieuwendyk (Ted Danson) musi odnaleźć szantażystę, który tropi rektora Wheeler College, Jacka Berengera. Rozprasza go jednak uroczą Mona (Mary Steenburgen).

►kom. (8 odc.), USA/Chile 2025



CUKIERKI ALOESOWE – SEKRET URODY, DOBREGO SAMOPOCZUCIA, WZMOCNIENIA ODPORNOŚCI.

SENSACYJNY



21.00 Każdy twój oddech

FILM – thriller, USA 2021, 140 min
Kariera psychiatry Phillipa staje pod znakiem zapytania, gdy młoda pacjentka popelnia samobójstwo. Wkrótce w domu lekarza zjawia się jej brat, James. Chłopak zaczyna ingerować w codzienność Phillipa, jego żony i córki. Stopniowo życie rodziny, którą niedawno wstrząsnęła śmierć najmłodszego dziecka, rozpada się na kawałki.

23.20 Ocean's 8 – komedia kryminalna, USA 2018, reż. Gary Ross, wyk. Sandra Bullock, Cate Blanchett, Anne Hathaway, Rihanna, 140 min
Profesjonalna złodziejka Debbie zamierza zdobyć naszyjnik o wartości 150 mln dolarów. W tym celu kompletuje ekipę ekspertek.

1.40 Skok na głęboką wodę (8) – program rozrywkowy

2.45 Żyjąc z potworem 6 (16) – serial dokumentalny, USA 2021

3.40 SOS Ekipy w akcji (41) – serial paradokumentalny, Polska 2018

4.30 Usterka 11 (27) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

20.00 Poza prawem

FILM – USA 2021, 120 min
Shannon przygotowuje się do wdrożki po bezdrożach ulubionym szlakiem ojca, który zmarł dokładnie rok temu. W trakcie wycieczki staje się świadkiem zabójstwa. Od tej pory grozi jej śmiertelne niebezpieczeństwo ze strony skorumpowanych stróżów prawa. Jedyna nadzieja w emerytowanym gliniarzu, Jacku Harrisie.

22.00 Kickboxer – film sensacyjny, USA 1989, reż. Mark DiSalle, wyk. Jean-Claude Van Damme, Dennis Chan, Michel Qissi, Dennis Alexio, 120 min
Mistrz kick boxingu, Eric Sloane zostaje brutalnie sfaulowany i będzie poruszał się na wózku inwalidzkim. Brat, Kurt, postanawia go pomóc na ringu.

0.00 Bronx – film sensacyjny, Francja 2020, reż. Olivier Marchal, wyk. Lannick Gautry, Claudia Cardinale, David Belle, Jean Reno, 140 min

2.20 Lombard. Życie pod zastaw 18 (991) – serial obyczajowy, Polska 2026

3.15 Zobacz to! – pr. powtórkowe

KRYMINALNY



19.00 Don Matteo: Boski detektyw 13

FILM – Włochy 2022
Dochodzi do tragicznego w skutkach wypadku na drodze. Właścicielka samochodu widzianego na miejscu zdarzenia twierdzi, że tego dnia pożyczyl od niej auto don Massimo. Mężczyzna składa zeznania przed karabinierami.

20.00 Przepis na zbrodnię (32) – serial kryminalny, Polska 2026

21.00 Dzielnica strachu 10 (468, 469) – serial kryminalny, Polska 2025-2026

23.00 Wstydlive choroby: XXL 2 (5) – serial dokumentalny, Wlk. Bryt.

1.00 Dzielnica strachu 10 (466) – serial kryminalny, Polska 2025-2026

2.00 Lombard. Życie pod zastaw 9 (437) – serial obyczajowy, Polska 2021

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (112) – serial obycz., Polska 2018

4.00 Niesamowite! (18, 19) – serial dokumentalny, Polska 2014

5.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (987) – serial obyczajowy, Polska 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 mogli je popełnić ten sam sprawca.

►serial krym. (7 odc.), USA 2019



RODZINA TRZYMA SIĘ RAZEM

Po śmierci matki jedenaścioro rodzeństwa w wieku od 7 do 23 lat staje przed trudnym zadaniem utrzymania rodzinnej wspólnoty. Niektórzy zaczynają postrzegać handel narkotykami jako jedyny sposób na przetrwanie. Ta decyzja, która nie zapada jednomyślnie, wystawia ich relacje na próbę.

►serial obycz. (8 odc.), Francja 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 8 (17) – krym., USA/Kan.

6.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9 (1) – krym., USA/Kan.

7.30 Dr House 2 (19, 20) – serial obyczajowy

9.25 Castle 6 (9, 10) – serial kryminalny

11.25 Detektyw Monk 3 (8, 9) – serial krym.

13.20 Dr House 2 (21, 22) – serial obyczajowy

15.20 Agenci NCIS 13 (21, 22) – serial krym.

17.10 Castle 6 (11, 12) – serial kryminalny

19.05 FBI 5 (8, 9) – serial kryminalny, USA 2022

21.05 FBI: Internacjonal 4 (3) – serial kryminalny

KRYMINALNY

TVP SERIALE

7.45 Ojciec Mateusz 33 (433) – krym., Pol. 2025

8.45 Komisarz Alex 23 (284) – krym., Pol. 2025

9.40 Rodzinka.pl (56)

10.10 Klan (1405) – telen.

10.45 Komisarz Alex 25 (315) – krym., Pol. 2026

11.35 M jak miłość (1929)

12.35 Komisarz Alex 25 (316) – krym., Pol. 2026

13.35 Kulisy serialu „Ojciec Mateusz” (9)

13.45 Ojciec Mateusz 26 (338, 339) – krym., Pol.

15.35 Komisarz Alex 23 (285) – krym., Pol. 2025

16.25 Na sygnale (439, 440)

17.35 Ranczo 5 (56, 57)

19.30 Ojciec Mateusz 26 (340) – krym., Pol. 2021

20.30 Ojciec Mateusz (434)

OBYCZAJOWY

TVP KULTURA

8.10 WTEM – fel., Pol. 2025

8.25 W poszukiwaniu dobrego filmu

9.00 Dobre strony (1)

9.20 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult.

10.00 Na kłopoty... Bednarski (7-ost.)

11.10 Frankie i Johnny – film muzyczny, USA 1966, 95 min

12.45 Abba. Film – biograf, Szwecja 1977, 115 min

14.40 Na przelaj – film obycz., Polska, 55 min

15.35 Kocie ślady – krym., Polska 1971, 95 min

17.10 Jan Serce (1) – obycz.

18.25 Tygodnik kulturalny

19.20 Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki (9) – serial dok.

SENSACYJNY

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 5 (7) – serial dok., Pol. 2020

7.00 Pogrzeb panieństwa – film krótkometrażowy

7.50 Pieniądze to nie wszystko – komedia, Polska 2001, 130 min

10.00 Grantchester 9 (7, 8-ost.) – serial krym.

12.05 Vera 8 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

14.00 Tatami – thriller, USA/Wlk. Brytania/Gruzja 2023, reż. Zar Amir Ebrahimi, 130 min

16.10 Alfa – dramat przyg., Szwajcaria/Holandia/Słowenia 2024, 125 min

18.15 Vera 8 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

THRILLER

CANAL+ PREMIUM HD

11.00 47 roninów – film kostiumowy, USA 2013, 115 min

12.55 Moje pieczone kurczaki – obycz., Polska 2002, 65 min

14.00 The Office PL 3 (11, 12-ost.) – kom.

15.00 Bałtyk – film dokum., Polska 2025

16.05 Zmierzc – film fantasy, USA 2008, reż. Catherine Hardwicke, wyk. Kristen Stewart, 120 min

18.10 Łapka-capu

18.15 Mamma Mia! – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Niemcy 2008, 110 min

20.00 Brygada 2 (1) – serial sensacyjny, Fr. 2024

20.55 Making of – mag.

FANTASY

HBO HBO HD

9.10 Pokójówka na Manhattanie – komedia romant., USA 2002, 105 min

10.55 Śmierć komedianta – dramat obyczajowy, Argentyna/Belgia 2025, 105 min

12.40 Sir Alex Ferguson: Never Give In – film dok., Wlk. Bryt. 2021

14.30 Karate kid – film przygodowy, USA 1984, 125 min

16.35 Kung Fu Panda 4 – film anim., Chiny/USA 2024, 95 min

18.10 Millerowie – kom. krym., USA/Wielka Brytania 2013, 110 min

20.00 Euforia 3 (4) – serial obyczajowy, USA 2026

KOMEDIOWY



22.05 FBI: Most Wanted 4 (6) – USA 2022

Dochodzi do zabójstwa przedsiębiorcy z branży technologicznej. Ekipa rozpoczyna śledztwo, które prowadzi ich do świata psychodelików.

- 23.00 Castle 6** (11, 12) – serial kryminalny
- 0.45 FBI 5** (8, 9) – serial kryminalny, USA 2022
- 2.40 FBI: Internacjonal 4** (3) – serial kryminalny
- 3.35 FBI 2** (1) – serial kryminalny, USA 2020
- 4.25 Walker: Strażnik Teksasu** (1) – serial kryminalny, USA 2021



21.30 Ranczo 5 (58, 59) – Polska 2011

Książdz zwraca się o pomoc finansową do Rady Parafialnej. Lodzia interweniuje u męża. Czerzech obiecuje wsparcie, żąda jednak wolnej rekł. Ma pewien pomysł.

- 23.25 Ojciec Mateusz 26** (341) – krym., Pol. 2021
- 0.15 Na sygnale** (889-893) – serial fab. dokum.
- 2.35 Ratownicy** (5, 6) – serial obycz., Polska
- 4.00 Klan** (1404, 1405) – telenowela, Pol. 2008
- 4.50 Rodzinka.pl** (310) – serial kom., Pol. 2026



20.00 Tyko dla twoich oczu – Wielka Brytania/USA 1981, 135 min

Bond ma wydstać tajne urzadzanie kodowe, które znajduje się na statku zatopionym u wybrzeży Grecji. Musi się spieszyć.

- 22.15 Porozmawiajmy szczerze** – magazyn kulturalny
- 22.55 Księżna** – dramat historyczny, Wielka Brytania/Francja/Włochy 2008, 110 min
- 0.45 Dzień z życia artysty** (6) – talk-show



20.10 Na fali ryzyka – USA 2023, 125 min

Były więzień Dovey na zlecenie swojego mentora Raya odnajduje jego córkę. Przekonuje się, że popełnił bład, a dziewczynie grozi niebezpieczeństwo ze strony ojca.

- 22.15 Bestie** – thriller, Hiszpania/Francja 2022, 160 min
- 0.55 Krwawa fors** – dramat kryminalny, USA 2017, 100 min
- 2.35 Belfer 3** (3) – krym.
- 3.20 Cudownie ocalony** – komedia obyczajowa, Polska 2004, 95 min



21.00 Czarownice (7, 8-ost.) – USA 2025

Lasher trafia do szkockiej galezi rodu Mayfairów. Sip, choć nie ufa Talamasce, zaczyna z nią współpracować. Rowan jest gotowa na wszystko, by ocalić syna.

- 22.30 Wola przetrwania** – thriller, USA 2025, 120 min
- 0.30 Klucz do koszmaru** – horror, USA/Niemcy 2005, 100 min
- 2.10 Imago** – dramat biograficzny, Polska 2023, 110 min



21.00 Rooster (9) – USA 2026

Greg motywuje drużynę hokeja przed ważnym meczem. Katie kupia się na pracy na uczelni. Marzy bowiem o uzyskaniu awansu. Archie otrzymuje opinie o książce.

- 21.30 Wielki powrót 3** (7)
- 22.05 Blue Moon** – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min
- 23.45 Million minut** – dramat obyczajowy, Niemcy 2024, 125 min
- 1.50 One to Film: John & Yoko** – film dokum., Wielka Brytania 2024

AXN WHITE

7.55 Unforgettable: Zapisane w pamięci (16) – krym.

8.55 Szpital nadziei (9)

9.50 Detektyw Murdoch 9 (6, 7) – serial kryminalny

11.55 Zaklinacze koni 7 (18)

12.55 Zaklinacze koni (1, 2)

14.55 Winnice miłości 4 (162)

16.05 Szpital nadziei (10)

17.05 The Good Doctor (7, 8) – serial obycz., USA 2021

19.00 Dr House (7) – serial obycz.

20.00 Dowody zbrodni 3 (1, 2)

21.55 Unforgettable: Zapisane w pamięci (17) – krym.

22.55 Agenci NCIS 11 (7-9)

1.40 Dowody zbrodni 3 (1, 2)

3.25 Grand Hotel 2 (5) – krym.

WARNER TV

8.30 Bajer z Bel-Air (13, 14)

9.30 Za głosem serca (73)

10.35 Pełna chata 4 (17, 18)

11.35 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze (2, 4) – serial sens.

13.30 Bajer z Bel-Air (13-16)

15.35 Pełna chata 4 (17-20)

17.40 Pan niania – komedia, USA 1993, 95 min

19.15 Invictus: Niepokonany – dramat biograficzny, USA 2009, 165 min

22.00 Rój – film katastroficzny, USA 1978, 185 min

1.05 Batman i Robin – film przygodowy, 1997, 150 min

3.35 Krwawy księżyc – western, 1948, 100 min

CANAL+ FILM HD

6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.

6.15 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 90 min

7.45 Lilly i kangurek – film familijny, 2025, 105 min

9.30 Asekuracja – film krótkometraż., Pol.

10.00 Anna Karenina – dramat historyczny, 2012, 125 min

12.05 Elizabeth Taylor. Zbuntowana supergwiazda (1, 2)

13.45 Łapu capu – pr. rozrywk.

14.00 Saga „Zmierzc”

1.35 Zamknięcie – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 120 min

16.00 Robin i obrońcy królestwa – film przyg., Wielka Brytania/Irlandia 2024, 100 min

17.40 Kaskader – komedia sensacyjna, 2024, 125 min

19.45 Łapu capu – pr. rozrywk.

20.00 Ex Machina – dramat s.f., Wlk. Bryt. 2014, 105 min

21.45 Wieczór sci-fi – horror, Kan./Francja 2024, 115 min

23.40 Kill Bill – film sensacyjny, USA 2003, 110 min

1.30 Fiber – film krótkometraż.

1.50 Warsaw Story – film krótkometraż., Pol.

2.20 Ludzie – dramat wojenny, Polska 2023, 120 min

4.20 To nie mój film – komediodramat, Polska 2024, 100 min

CANAL+ SERIALE HD

9.45 Planeta Singli. Osiem historii (1) – serial komediowy, Polska 2021

10.40 Mały Grand Hotel (7) – serial komediowy, Polska

11.00 Naruto (4-6) – serial anime, Japonia 2002-2003

12.35 The Office PL 2 (7-9) – serial komediowy, Polska

14.25 Naruto (1-3) – serial anime, Japonia 2002-2003

15.45 Wszystkie kolory świata 5 (5-7) – serial dokum., Francja 2024

18.30 Łapu capu – program rozrywkowy

18.35 Captain Tsubasa (38-40) – serial anime, Japonia 2018

20.00 Coldwater (1, 2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2025

21.45 Premiera: Wywiad z wampirem 2 (5) – serial fantasy, USA 2023

23.00 Kruk. Jak tu ciemno (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2022

0.55 Small World (1-3) – serial sensacyjny, Polska 2021

3.40 Łapu capu – program rozrywkowy

CANAL+ 360 HD

6.00 Sędziowie 2 (8) – dok.

6.50 Chwila prawdy (8) – dok.

7.55 Rekruci (9) – serial dok.

8.55 Wykrwacz historii 4 (4)

9.55 Co poszło nie tak (2)

10.50 Złombol (1) – serial dok.

11.45 Co poszło nie tak 4 (5)

12.50 Born Racers. Młodzi i szyby (1) – serial dokum.

14.05 Przemierzając Mauretanie – dok., 2023

15.00 Wykrwacz historii 4 (5)

16.00 Grip – w świecie supersamochodów (8)

17.00 Supersamoloty bojowe 11 (5) – serial dok.

17.55 Sędziowie 2 (2) – dok.

18.35 Born Racers. Młodzi i szyby (2) – serial dokum.

19.50 Supersamoloty bojowe 11 (6) – serial dok.

20.50 Montana: na dzikiej północy (4) – serial dok.

21.55 Sung Kang – szybki i dociekliwy (2) – dok.

23.00 Kryptonim Polska (1) – serial komediowy, Polska 2024

23.55 Polowanie na Hitlera (1) – serial dokumentalny, Pol.

0.55 Zasada przyjemności (3) – serial kryminalny

2.00 Twardzielki (3) – dok., Pol.

2.40 Łowcy tajemnic Bałtyku (1) – serial dok., Polska 2020

3.45 Pogotowie remontowe Wieska (3, 4) – mag.

4.55 Zwierzęta Wajraka 3 (8, 9) – serial dok., Pol. 2022

HBO 2 HBO 2 HD

13.05 Królowa ringu – film biograficzny, 2024, 125 min

15.10 Doktor Larsen 2 (13)

15.55 Hutnik szkła – film anim., Pakistan/USA 2024, 95 min

17.30 Zmierzc – film fantasy, USA 2008, 120 min

19.30 Twój potwór – czarna komedia, USA/Wielka Brytania 2024, 100 min

21.10 30 dni zroka – horror, USA/Norwega/Zelandia 2007, reż. David Slade, 110 min

23.00 Ostatnie zurzenie – dramat zaburc., Wielka Brytania 2024, 90 min

0.30 Morderczy zar – thriller, USA 2024, 95 min

AXN BLACK

10.55 Gwiezdne wrota 8 (7, 8)

12.55 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze (22) – serial sens.

13.55 Renegat 3 (8) – serial sens.

14.55 Drużyna A 3 (15) – sens.

16.00 Nieustraszone 3 (12)

17.00 Gwiezdne wrota: Atlantyda 3 (18, 19) – s.f.

19.00 Gwiezdne wrota 8 (9, 10)

21.00 Angry Birds 2 Film – film animowany, Finlandia/Kanada/USA 2019, 120 min

23.00 Snajper: Ostatni strzał – dramat sensacyjny, USA 2017, 110 min

0.50 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze (22) – serial sens.

1.50 Nieustraszone 3 (12)

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (608-610) – serial paradokum., Polska 2021

9.00 Komisarz Mama (23-26) – serial kryminalny, Polska

13.00 Kowalscy Kontra Kowalscy (33-36) – obycz.

15.00 Świat według Kiepskich (534-537) – serial kom., Pol.

17.00 Columbo (2, 3) – serial kryminalny, USA

21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3) – krym.

21.55 Malanowski i partnerzy (796-799) – serial fab. dok.

23.55 Ślad (10-12) – serial krym.

2.55 Święty (184, 185) – kom.

4.00 48h. Zaginięci (253, 254) – serial kryminalny, Polska

HBO 3 HBO 3 HD

11.40 Tajemnica złołnika – dramat obyczajowy, Hiszpania 2025, 100 min

13.20 Wolfgang – dramat obycz., Hiszpania 2025, 110 min

15.10 Dotknięci miłości – dramat obycz., Wlk. Bryt./Irlandia 2024, 105 min

16.55 Miami Vice – film sensacyjny, USA/Niemcy/Paragwaj 2006, 130 min

19.05 Branza 2 (4) – serial obycz.

20.05 The Knick (1) – obycz.

21.00 Euforia 3 (4) – serial obycz.

22.00 Rooster (9) – serial kom.

22.30 Wielki powrót 3 (7)

23.05 Jedna bitwa po drugiej – thriller, USA 2025, 160 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA STOPKLATKA DVS 12
6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (28-30) – serial dokum.	6.00 Pingwiny z Madagaskaru (5, 6)	5.05 Szkoła (715) – serial paradokum.	6.10 Astrid i Raphaëlle 2 (7, 8) – serial krym., Fr./Belgia/Szwajcaria	6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (8) – dok.	6.00 Kabaretowe hity (8)
7.30 Doktor Martin (68) – serial obyczajowy	7.00 Dwóch i pół 8 (16) – serial komediowy	6.00 Seriale 2 (2) – mag.	8.30 Kapitan Marleau 5 (1) – serial krym., Fr.	6.25 Och! Kabaret (7, 8) – program rozrywkowy	6.50 Wielkie wynalazki (34) – dok., Wlk. Bryt.
8.30 Przyjaciółki (231, 232) – obycz., Pol.	7.30 Dwóch i pół (1, 2) – serial komediowy	6.35 Lekarze 5 (11) – serial obyczajowy, Pol. 2014	10.30 Agenci NCIS: Los Angeles 12 (9, 10) – serial sensacyjny	8.10 Zwierzęta Wajraka 3 (9) – dok.	7.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
10.30 Świat według Kiepskich (174, 175, 201, 202, 95, 236) – serial kom., Polska	8.30 Dwóch i pół 9 (3) – kom., USA 2011-2012	7.35 Kryminalni 3 (10) – serial krym., Polska	12.20 Motyw (9, 10) – serial kryminalny, Kan. 2013	8.50 Skradzioną kolekcja – komedia kryminalna, 1979, reż. Jan Batory, 115 min	9.00 Robert Makłowicz (151, 122) – mag. kulin.
14.05 Święty interes – komedia, Polska 2010, 110 min	8.55 Przyjaciele 5 (10-15) – kom., USA 1998-1999	8.45 Detektywi (434, 435)	14.10 Astrid i Raphaëlle 3 (1, 2) – serial krym., Fr./Belgia/Szwajcaria	FILM Stara baśń – film kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, 140 min	10.50 Wojny magazynowe: Kanada 2 (18, 19)
15.55 Marsjanin – film s.f., USA/Wielka Brytania/Jordania 2015, reż. Ridley Scott, 180 min	14.00 Teoria wielkiego podrywku 7 (1) – kom.	11.50 Druga szansa (5, 6)	16.20 Kapitan Marleau 5 (2) – serial kryminalny, Francja 2020	FILM Pan Anatol szuka miliona – komedia obycz., 1958, 110 min	11.55 Wojny kontenerowe 3 (11)
18.55 Z Bożą pomocą – dramat przygodowy, USA 2023, reż. Sean McNamara, 125 min	14.30 Dwóch i pół 9 (4-7) – kom., USA 2011-2012	13.55 Układ warszawski (5) – krym., Pol. 2011	18.20 Agenci NCIS: Los Angeles 12 (11, 12) – serial sensacyjny, USA 2020	FILM Bitwa pod Wiedniem – dramat historyczny, Polska/Włochy 2012, 145 min	13.00 Katastrofy w przestworzach (3, 4) – serial dok., Kan.
DRAMAT OBYCZAJOWY	16.30 Przyjaciele 5 (16-21) – kom., USA 1998-1999	14.55 Detektywi (436, 437)	20.10 Motyw (11, 12) – serial krym., Kanada	FILM Cztery pancerni i pies (4, 5) – wojenny	16.00 MacGyver 2 (3, 4) – sens., USA/Kan. 1986
KOMEDIOWY	19.30 Duchy (7, 8) – fantasy	16.55 Historia Kopciuszka – kom. romant., USA/Kanada 2004, 125 min			18.00 Wojny magazynowe: Kanada (34, 35)
KOMEDIA	20.30 Tata ma plan 2 (9-11) – serial komediowy	19.00 Szpital św. Anny (24) – serial obycz., Polska			19.10 Wojny kontenerowe (5, 6)
KRYMINALNY					
DRAMAT OBYCZAJOWY					
THRILLER					
21.00 Manchester by the Sea – USA 2016, 175 min	22.00 The Office PL 2 (11, 12) – Polska 2022	20.00 Poznaj mojego tatę – USA 2000, 140 min	22.00 Blanca 3 (11) – Włochy 2025	20.00 Znachor – 1981, 165 min	20.00 90 minut do śmierci – USA 2021, 115 min
Gdy dręczony poczuciem winy Lee zostaje prawnym opiekunem szesnastoletniego siostrzeńca, musi powrócić do rodzinnego miasta. Tam prześladują go wspomnienia.	Po powrocie z urlopu zdrowotnego Gosia przynosi niespodziewane wieści. By je uczcić, Patrycja organizuje imprezę. Michał czuje się wykluczony ze świętowania.	Nowojorski sanitariusz Greg Focker chce oświadczyć się ukochanej Pam. Jej ojciec Jack próbuje mu udowodnić, że nie jest odpowiednim kandydatem na męża.	Dalsze poszukiwania zaginionej dziecka osiagają punkt kulminacyjny. Blanca traci zaufanie do Domeny i decyduje samotnie stawic czoło ostatcznemu wyzwaniu.	Ceniony chirurg traci pamięć wskutek uderzenia w głowę. Po latach jako wiejski znachor przeprowadza trudną operację. Wieść o uzdrowieniu obiega okolicę.	W przeznaczonym do wyburzenia szpitalu gangster ukrył 3 miliony dolarów. O zdobycie tej sumy walczą były zawodnik MMA Mike i strażnik więzienny Richard.
23.55 xXx – film sensacyjny, USA 2002, reż. Rob Cohen, wyk. Vin Diesel, Asia Argento, 155 min	23.05 Comedy Club 4 (3, 4)	22.20 xXx: Reaktywacja – sens., Chiny/Kanada/USA 2017, 135 min	23.05 Metoda Wagnera (13) – serial kryminalny, Francja 2020	22.45 Ziemia obiecana – dramat obyczajowy, 1974, 210 min	21.55 Bez litości – serial sensacyjny, Kan./USA
2.30 Fala zbrodni (38, 39) – serial sens., Pol. 2005	0.05 Miasteczko South Park 17 (10)	0.35 Blue Beetle – film s.f., USA/Meksyk 2023, 150 min	1.00 Kapitan Marleau 5 (2) – serial krym., Fr.	2.15 Chemia – dramat obycz., 2015, 150 min	23.45 Przebiegła gra – film sensacyjny, USA 2013, 125 min
4.30 Na ratunek 112 (798, 799) – serial paradokum., Pol. 2023	0.30 Miasteczko South Park 18 (1)	3.05 Szkoła (707) – serial paradokum.	3.00 Astrid i Raphaëlle 2 (7, 8) – serial krym., Fr./Belgia/Szwajcaria	4.45 Wagary – film krótkometraż., 2024	1.50 Lokatorka – dramat kryminalny, Polska 2021, 145 min
	1.00 Pracochoły 3 (3, 4)	4.05 Ukryta prawda (1286) – paradok., Pol.	5.15 Knok (2) – serial kryminalny, Fr. 2024	5.30 Martwe małżeństwo – film krótkometraż., 2022	4.15 Przez ciebie, po tobie – krótkometraż.
	2.00 Śmiesznie nie będzie 2 (3, 4) – rozr.				
	3.00 Miasteczko South Park 17 (7-9)				
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI HD	FX HD	KINO TV HD	ROMANCE TV HD
13.25 Wielkie ziewnięcie – dramat obycz., Iran 2024, 95 min	13.25 Święty (45, 46) – kom., Pol.	8.00 SurrealEstate (1, 2)	9.10 Kości (13, 14) – serial krym.	8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (4, 5)	14.20 Szkoła nad morzem: Zakaz całowania – komediodramat, Niemcy 2025, 105 min
15.00 Krótka historia rodziny – thriller, Chiny 2024, reż. Lin Jianjie, 100 min	14.25 Spadkobiercy (3) – rozr.	10.00 Medium 5 (17, 18) – krym.	11.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (21) – krym.	11.00 Panna Scarlet i komisarz 3 (5, 6) – krym.	16.05 Pokój ze stajni: Teściowa na horyzoncie – komedia, Niemcy 2021, 115 min
16.40 Pysznie – komedia, Litwa 2024, 110 min	15.25 Co ludzie powiedzą? (4) – serial kom., Wlk. Bryt.	13.40 Grimm 2 (13, 14) – fantasy	11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14)	13.10 Poirot – serial kryminalny	18.00 Zwierzyniec doktor Mertens (85) – obycz.
18.30 Łacina dla wszystkich – kom., Fr./Wł. 2024, 90 min	16.05 Jedną nogą w grobie (3)	15.30 Grimm 5 (19) – krym.	13.45 Agenci NCIS 8 (11, 12)	15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (6, 7)	19.00 Górski lekarz (89) – obycz.
20.00 The Wonderers – film obyczajowy, Francja 2025, reż. Joséphine Japy, 100 min	16.55 Czarna Żmija 4 (3) – kom.	16.25 Medium 6 (1) – krym., USA	15.35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (22) – krym.	17.50 Panna Scarlet i komisarz (1, 2) – krym.	20.00 Pomoże tylko modlitwa! – komedia, Niemcy 2023, 115 min
21.40 Bezwstydne – thriller, Szwajcaria/Bulgaria/Francja 2024, 115 min	17.35 Bob kocha Abisوله 3 (3-5) – kom., USA 2021-2022	17.20 Czarodziejki 5 (19, 20) – serial fantasy, USA 2003	16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (19, 20) – krym.	20.00 Oczy weźża – thriller, USA 1998, 125 min	21.55 Mama się zwalnia – komedia, Niemcy 2021, 115 min
23.35 Mrok lasu – horror, Francja 2023, 75 min	19.00 Dwóch i pół 8 (16) – kom.	19.10 Grimm 2 – film fantasy	18.19 Z archiwum X (1) – s.f.	22.05 Oddział Delta 2 – film sensacyjny, 1990, 130 min	23.50 Górski lekarz (89)
	19.30 Dwóch i pół (1, 2) – kom.	21.00 Pompeje – film katastroficzy, Kanada/Niemcy/USA 2014, 120 min	19.15 FBI (1) – serial kryminalny	0.15 Kod Merkurju – film sensacyjny, 1998, 140 min	
	20.30 Dwóch i pół 9 (3) – kom.	23.00 Atak na dzielnicę – film kom. s.f., 2011, 120 min	20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15, 16)	2.35 Bałkańska vendetta – film sens., 2017, 125 min	
	22.30 Co ludzie powiedzą? 5 (1) – serial kom., Wlk. Bryt.	1.00 Rollerball – film s.f., USA/Niemcy/Jap. 2002, 120 min	22.00 Tropiciel (12-2) – serial krym.	4.40 Bonanza – serial obycz.	
	23.05 Jedną nogą w grobie (4)	3.00 Czarodziejki 5 (19, 20)	22.55 Z archiwum X (1) – s.f.		
	0.30 Comed Club 8 (1) – rozr.	5.00 Arcadia 2 (4) – serial s.f.	23.55 9-1-1 (8) – serial obyczajowy		
			0.50 FBI (1) – serial kryminalny		
CINEMAX 2 HD	EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX PREMIUM HD HD	PARAMOUNT NETWORK HD
11.40 Żona na niby – komedia, USA 2011, 115 min	9.30 Lekarze na start (41, 42)	10.00 Wszędzie Ty (58) – telen.	13.30 Wszyscy kochają Raymondą 7 (1) – kom.	14.40 Rok, w którym Dolly Parton była moją mamą – komediodramat, Kanada 2011, 105 min	6.00 Elementary (19-22)
13.35 Jerry Maguire – dramat obyczajowy, 1996, 140 min	10.55 Agenci NCIS 16 (19, 20)	11.00 Otchłań namiętności (68) – telen., Meksyk (38)	14.00 Diabli nadali 5 (19-22)	16.25 Magik z Nowego Jorku – komediodramat, USA 2014, 110 min	9.25 Pingwiny z Madagaskaru 3 (5)
15.55 Banel i Adama – dramat obyczajowy, Francja/Senegal/Katar 2023, 85 min	12.45 Wszystkie stworzenia duże i małe 2 (2) – obycz.	12.00 Za wszelką cenę (38)	16.00 Simpsonowie 32 (9-12)	18.15 Wesela Jenny – komedia, USA 2015, 105 min	10.00 Narzeczona dla geniusza – komedia romant., USA 1994, 135 min
17.20 Samotność – dramat obyczajowy, Islandia/Słowacja 2023, 80 min	13.45 Kliszcycowy Klejnot (2)	13.00 List pozogalny (43)	18.00 Jak poznałem waszą matkę 5 (22-24) – kom.	FILM American Ultra – film sensacyjny, USA/Szwajcaria 2015, 105 min	12.15 Buntownik z wyboru – dramat psychologiczny, USA 1997, 165 min
18.40 Nomadland – dramat obyczajowy, 2020, 110 min	14.45 Panna Marple: Tajemnica rezydencji Chimneys – krym., Wielka Brytania/USA 2010, 120 min	14.00 Klass 95 (40, 41) – telen.	19.30 Wspaniała rodzina 2 (1-3) – kom., USA 2010-2011	21.45 Iluzja – thriller, Francja/USA 2013, 125 min	15.00 Terminal – komedia romant., USA 2004, 170 min
20.30 Cienka czerwona linia – film wojenny, USA 1998, 170 min	16.45 Agenci NCIS 16 (21, 22)	16.00 List pozogalny (44)	21.00 Family Guy: Głowa rodziny 19 (17, 18) – serial animowany dla dorosłych	FILM 21.45 Iluzja – thriller, Francja/USA 2013, 125 min	FILM 17.50 Plan B – komedia romant., USA 2010, 130 min
23.20 Tamte dni, tamte noce – melodramat, Wł./Francja/Brazylia 2017, 130 min	17.30 Sherlock i córka (7)	17.00 Za wszelką cenę (39)	22.00 Epoka lodowcowa 4: Wędrówka kontynentów – film animowany, 2012, 105 min	FILM 23.50 Portret kobiety w ogniu – melodram., 2019, 130 min	FILM 20.00 Człowiek w ogniu – dramat sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2004, 185 min
	19.30 Lekarze na start (43, 44)	18.00 Otchłań namiętności (69) – telen., Meksyk 2012	23.45 Genialna Morgane 2 (8)	2.00 Dynastia Tudorów (1, 2)	FILM 23.05 Negociator – film sens., USA/Niemcy 1998, 170 min
	21.00 Robin Hood (8) – przyg.	19.00 Wszędzie Ty (59) – telen.	0.55 Współczesna rodzina 2 (1-3) – kom., USA 2010-2011		
	22.15 Agnieszka Christe: Świadek oskarżenia (3) – film krym., 2016, 60 min	21.00 Klass 95 (41) – telenowela			
	23.15 Panna Marple: Nemezisz – film krym., 2007, 115 min	22.00 List pozogalny (44)			
		23.00 Za wszelką cenę (39)			
		0.00 Otchłań namiętności (69) – telen., Meksyk 2012			
		1.00 Dziedziczka (58) – telen.			

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
8.30 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 1. etap
10.00 Kolarstwo: Wyścig dookola Turcji – 8. etap
11.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – mecz finałowy boulderingu mężczyzn
12.00 Snooker: MŚ w Sheffield – finał
13.45 Snooker: MŚ w Sheffield – finał
LIVE 17.00 Racing on the Edge
17.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – bouldering kobiet
18.15 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – bouldering mężczyzn
19.00 Snooker: MŚ w Sheffield – finał

POLSAT SPORT 1 HD
6.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – 3. mecz finałowy fazy play-off: Warta – Bogdanka LUK Lublin
9.00 Polsat Sport Talk – magazyn sportowy
10.00 Hokej: Mistrzostwa Świata Dwywizji 1A – Sosnowiec 2026: Francja – Polska
12.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – 3. mecz finałowy fazy play-off: Warta – Bogdanka LUK Lublin
15.00 Magazyn Polskiego Sportu – magazyn sportowy
16.00 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzyń – mecz finałowy

CANAL+ SPORT HD
6.00 Liga+ Extra – magazyn piłkarski
8.00 Sport+ – magazyn piłkarski
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska mecz: Getafe CF – Rayo Vallecano
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – Elche CF
13.30 Sport+ – magazyn piłkarski
14.40 Liga+ Extra – magazyn piłkarski
16.45 Wysoki Pressing – magazyn sportowy
18.30 Sport+ – magazyn piłkarski
19.30 Jej Wysokość Premier League (43) – magazyn piłkarski

TVP SPORT HD
5.35 Sportowy wieczór
6.10 Piłka nożna: LM UEFA – skróty
7.30 Piłka nożna: Betclio 1. Liga – mecz: Ruch Chorzów – Odra Opole
9.40 Piłka nożna: Betclio 1. Liga: Stal Rzeszów – Wisła Kraków
11.45 Hokej: NHL – mecz fazy play-off
12.45 Koszykówka mężczyzn: NBA – mecz fazy play-off
14.45 Piłka nożna: Betclio 2. Liga: Chojniczanka – Olimpia Grudziądz
16.45 Magazyn 2. ligi piłkarskiej (62) – magazyn piłkarski
17.25 Betclio 1. liga – magazyn (69) – mag.

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 LaLiga Best 11
7.45 Mityczne stadiony – mag. piłkarski
8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Heidenheim
10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Espanyol – Real Madryt
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Como – Napoli
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – BVB
16.00 Ligue1 (32) – mag.
16.40 Bundesliga (32) – magazyn piłkarski
17.15 Serie A (35) – mag.
17.50 LaLiga (34) – mag.
18.25 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: US Cremonese – SS Lazio

Discovery CHANNEL HD
6.00 Fani czterech kólek
7.00 Na krańcu Alaski
8.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 4 – serial dok.
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów
10.00 Klan z Alaski – dok.
11.00 Złoto drwali – dok.
12.00 Od samochodu do domu 2 – mag.
13.00 Nagli instykt przetrwania 9 – dok.
15.00 Złomowisko PL (4)
16.00 Złoto drwali – dok.
17.00 Włoska kontrola celna (4) – dok., Wł.
18.00 Truckerki (1) – dok.
19.00 Złomowisko PL 5 (12, 13) – serial dok.
21.00 Nic do ukrycia (1) – serial dok., Pol. 2021



19.30 MŚ w Sheffield – finał

Kyren Wilson wie, jak smakuje zdobycie tytułu czempiona globu. Anglik sięgnął po niego w 2024 roku, pokonując w finale Jaka Jonesa.

23.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 2. etap

0.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – bouldering kobiet

1.00 Kolarstwo górskie: PŚ w Yongpyong – zjazd kobiet

1.30 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina



18.30 PlusLiga: Warta – Bogdanka LUK Lublin

Trzecie starcie finałowe odbędzie się w Zawierciu. W sezonie zasadniczym na swoim podwórku Jurajscy Rycerze okazali się lepsi od Bogdanki, pokonując rywali 3:2.

20.30 Piłka ręczna – mecz

23.00 Formuła 1: GP Miami

0.00 Hokej: MŚ Dwywizji 1A – Sosnowiec 2026: Francja – Polska

3.00 Siatkówka – mecz



20.55 Liga hiszpańska – mecz: Sevilla FC – Real Sociedad

Broniąca się przed spadkiem z LaLigi drużyna z Andaluzji podejmie triumfatora Pucharu Hiszpanii.

23.05 Ekstraklasa po godzinach – mag.

0.15 Sport+ – mag.

1.30 Ligomistrzowe – mag.

2.10 Jej Wysokość Premier League (43) – magazyn piłkarski

3.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Pogoń Szczecin – Wisła Płock



17.55 Betclio 1. Liga – mecz: Polonia Bytom – Polonia Warszawa

Przełom marca i kwietnia nie był udany w wykonaniu Czarnych Koszul. Czy w maju potwierdzą swoje ekstraklasowe aspiracje?

20.05 Betclio 1. liga – magazyn (69) – mag.

21.30 GOL – mag. piłkarski

22.55 Sportowy wieczór – challenge

23.25 Zużel: Indywidualne MP – challenge w Świętochłowicach

1.25 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie



20.40 Liga włoska – mecz: Roma – ACF Fiorentina

Poprzednie spotkanie tych ekip zakończyło się wynikiem 2:1 na korzyść Giallorosch. W obecnej formie Viole stać na to, by odzyskać swoje Rzymianom pięknym za nadobne.

22.55 Eleven Top Goals

0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk

2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Pisa – Lecce

4.00 Bundesliga Dino – film dokumentalny

5.00 Werder Double – film dokumentalny



22.00 Od samochodu do domu 2

Ant odnajduje Austina 7 z 1929 roku, którego chce naprawić. Szybko odkrywa, że auto ma poważne problemy z hamulcami, słabe oświetlenie i nietypową usterkę.

23.00 Celnicy na straży – serial dok.

0.15 Gorączka złota 1,6 – serial dokum., USA

1.15 Porty: Hiszpania (1)

1.45 Fani czterech kólek – skróty (1) – dok.

2.00 Militaria – mag.

2.00 na warsztat (8)

3.00 Królowie asfaltu (5)

EUROSPORT 2 HD
12.00 Kolarstwo: Wyścig dookola Turcji – 8. etap
13.00 Kolarstwo: Tour de Romandie – 5. etap
14.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 1. etap
15.30 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina: Lobios – San Cibrao das Vinas
LIVE 17.45 Zjeździectwo: Global Champions Tour w Szanghaju
20.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 2. etap
22.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao
0.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 2. etap

POLSAT SPORT 2 HD
8.30 Tenis: Turniej ATP w Madrycie
11.00 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzyń: VakiBank SK – Conegliano
13.00 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzyń: Eczacıbaşi – Savino Del Bene Scandicci
15.00 Piłka nożna z archiwum
17.00 Magazyn Polskiego Sportu – mag. sportowy
18.00 Piłka nożna z archiwum
20.30 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzyń – mecz o 3. miejsce
23.00 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzyń – mecz finałowy
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
8.30 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – półfinał
10.45 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – półfinał
13.00 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – finał
15.30 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – półfinał
17.45 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – półfinał
20.00 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – finał
22.30 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – półfinał
0.45 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – półfinał
2.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Legia

EXTREME CHANNEL HD
12.00 Blue World 4 (6, 7)
13.00 IMMAF European Open
14.00 WWE Classic Gold (15-17)
15.45 New Japan Wrestling – Highlights (15)
16.15 WWE Classic Gold (18)
16.35 New Japan Wrestling – Highlights (17)
17.00 KPWF Kombat TV (6)
18.00 New Japan Wrestling – Highlights (16)
18.25 WWE Classic Gold (20)
18.55 New Japan Wrestling – Highlights (18, 19)
20.00 AEW Collision (2617)
22.00 LoW – Legacy of Wrestling (3)
1.00 IMMAF European Open

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayer – Lipsk
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Milan
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Heidenheim
18.00 Bundesliga Special (19)
18.40 Eleven Gol Live – mag.
20.00 Formuła 1: GP Miami
20.45 Rywalizacje konieczne
21.10 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Vitória SC
LIVE 23.30 LaLiga (34) – mag. piłkarski
0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – FC Lorient

DISCOVERY LIFE HD
8.15 Szpital (469, 470)
10.15 Nowa Majja w ogrodzie 5 (21, 22)
11.15 Idealna niania 7 (5, 6)
12.45 Klinika naturalnego piękna (7-10)
14.45 Szpital (468, 469)
16.45 Idealna niania 7 (4-6, 8)
19.45 Zrób coś z tym dzieckiem (1, 8) – mag.
20.45 Skórce na ratunek 3 (1)
21.45 Dr Przyszylca 3 (3) – dok.
22.45 Dr Mercy (3) – reality show
23.45 Obcy wewnątrz nas
1.45 Bez tabu (1) – magazyn
2.15 Wyjadacze (8) – pr. rozr.
3.15 Szpital (401, 402)
5.15 Klinika urody (4) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD
15.50 Sporty walki: FEN 54 w Pile: Gracjan Wyrosłak – Maksim Grabovich
18.00 Ateci – magazyn sportowy
18.25 Sporty walki: Babylon Boxing Show & K1 w Nowym Dworze Mazowieckim – walka: Jan Łodzki – Juanmi Martinez
19.25 Sporty walki: DWM Fight Night 3 w Białogardzie: M. Łazarz – M. Gutowski
20.00 Ninja vs Ninja (87)
21.30 Sporty walki: UFC 320: M. Ankalaev – A. Pereira 2
23.55 Boks: Babylon Boxing Show w Zyrardowie: Paweł Stępień – Łukasz Stanioch

POLSAT SPORT 3 HD
6.00 Hokej: Mistrzostwa Świata Dwywizji 1A – Sosnowiec 2026
8.30 Piłka nożna z archiwum
11.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga
13.30 Piłka nożna z archiwum
16.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga
18.00 Piłka nożna z archiwum
20.00 Tenis: Turniej ATP w Madrycie
22.30 Tenis: Turniej ATP w Madrycie
1.00 Sporty walki: Babylon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
11.15 Zużel: PGE Ekstraliga: KS Toruń – GKM Grudziądz
14.00 Zużel: PGE Ekstraliga: Sparta – FOGO Unia Leszno
16.50 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy
LIVE 18.25 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Radomiak Radom – Lechia Gdańsk
21.00 Ekstraklasa po godzinach – mag. piłkarski
22.00 Magazyn Metalikas 2. Ekstraliga – mag. żużlowy
22.35 Sporty walki: ONE Friday Fights 152
0.45 Timbersport: Mistrzostwa Świata – Mediolan 2025 – zawody indywidualne

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 Piłka nożna: Real Betis – Real Oviedo
14.00 LaLiga Best 11
15.00 Moi bohaterowie
15.35 One Club Man
15.50 Historyczne momenty Ligue 1
16.00 Piłka nożna: Olympique Lyon – Stade Rennais
18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Union – FC Köln
20.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Girona FC – RCD Mallorca
22.00 Bundesliga Clubs – mag.
23.00 Udinese – Najbardziej polski klub we Włoszech – reportaż, Pol.

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Atalanta – Genoa
14.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Girona – Mallorca
16.00 Bundesliga Special (19)
16.30 Ligue 1 Show (31) – mag.
17.00 Bundesliga Clubs – mag.
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Bologna – Cagliari
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: St. Pauli – Mainz
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC
0.00 Magazyn piłkarski
0.30 Najlepsi bramkarze Bundesligi lat 90.

CANAL+ DOKUMENT HD
17.50 Tybet kontra Chiny
18.55 Morze Południowochińskie. Kolejny punkt zapalny? – film dokum., Fr.
20.00 Iran: Pokolenie Z – międzywojenski a represja – film dok., Fr.
21.05 Być kobietą w Afganistanie: Piekło na ziemi – film dokum., Fr.
22.05 Broń ostateczna. Od Oppenheimera do Hiroszimy – film dok.
23.05 Jak działa rosyjska propaganda – film dokum.
0.05 NATO na Bałtyku. Wyścig z Putinem – dok.
1.05 Zostać Nawalnym – dok.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV	HISTORIA HD
6.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – dok.	6.00 Jak pozbyć się ciała? – serial krym.	9.00 Tajemnicze wyspy (9) – dok., Kan. 2024	6.00 Wehikuł czasu (504)	5.40 Był taki dzień (552)
8.00 Tajemnice łądowania na Księżycu (1, 3, 6) – serial dokumentalny	7.00 Lata 80. Dekada zbrodni – serial dok.	10.00 Sydney: Lotnisko pod kontrolą (1)	6.05 48h. Zaginieni (15)	5.45 Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii – mag. hist.
11.00 Mega maszyny Alaski – serial dokum.	8.00 Dla ciebie bym zabił 2 – serial dokum.	11.00 Superlotnisko LaGuardia (1)	7.00 Byli sobie podróżnicy	7.20 Znachor – dramat obyczajowy, Polska 1981, 135 min
13.00 Zoom na architekturę – serial dokumentalny	10.00 Zaginieni – serial dok.	12.00 Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu (5, 6) – serial dokum.	8.50 Wehikuł czasu (504)	9.35 Ex Libris – magazyn
15.00 Jak działa wszechświat? – dok.	12.00 Krwawa układanka: Ostatni atak – serial dokumentalny, USA	14.00 Złapać przemytnika (5) – serial dok., USA	9.00 Starożytni kosmici (1) – serial dok., USA	10.05 Defilada
18.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3 – serial dokumentalny, USA	13.00 Wyrok do podważenia – serial dokum., USA	15.00 Syzgać granic (1, 2) – serial dokum.	10.00 Gwiazdy lombardu (40, 41, 43)	11.10 Fake czy historia? (61) – pr. publicyst.
20.30 Zwyczajne wynalazki 11 – serial dok., Wielka Brytania	14.00 Morderstwo na prowincji 4 – serial dokumentalny	16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic (3) – dok.	12.00 Niezwykle osiągnięcia starożytności (10)	11.50 Odkryć tajemnice
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	HISTORYCZNE
21.00 Tajemnice łądowania na Księżycu (1, 2)	18.00 Noc przynosi śmierć – USA 2014	20.00 Katastrofa w przestworzach (4)	22.00 Polowanie na Hitlera (2, 3) – USA 2017	19.40 Królowie (45) – Polska 2024
Podobój Srebrnego Globu nadal jest tematem wielu teorii spiskowych. Widzowie poznają przyczyny tragicznej śmierci trzech astronautów podczas misji Apollo 1.	Śledztwo w sprawie śmierci Johna Raya, który został znaleziony martwy w swoim domu, utknęło w miejscu. Dopiero po latach detektywi wpadli na właściwy trop.	Boeing 737 MAX 8 rozbił się niedaleko Debre Zeit. Zginęły wszystkie osoby obecne na pokładzie. Zapadła decyzja o uziemieniu wszystkich samolotów tego modelu.	Bob Baer angażuje do swojego projektu Nadę Bakos, która jest specjalistką od tropienia terrorystów. Zespół natrafia na dwie zaplanowane drogi ewakuacji Hitlera z Niemiec.	Obrażony Oleśnicki opuszcza Wilno, grożąc, że polska szlachta osadzi na tronie Hohenzollerna. Kazimierz jest przekonany, że to tylko gra Swidyrgiełły.
23.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok.	20.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet (3) – serial dok.	21.00 Katastrofa w przestworzach	0.00 Starożytni kosmici 16 (11) – serial dokumentalny, USA 2024	20.20 Zatok szpiegów 2 (15) – szpiegowski, Pol.
1.00 Jak działa wszechświat? – dok.	21.00 Mroczna strona internetu – serial dokum., USA	0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (1): Krytyczne sekundy	1.00 Rolnicy. Podlasie (30-33) – serial dokumentalny, Polska	21.15 Berlin 1945 (1) – film dokum., Niemcy 2020
4.00 Szyfry i spiski 2 – serial dokumentalny	22.00 Spowiedź mordercy: akta strażnika z Teksasu – serial dokumentalny	1.00 Alaska: Następne pokolenie (4, 5)	5.00 Kolowrotek (12, 1) – magazyn wędkarski	22.15 Kroniki Hitlera (9) – serial dokumentalny
5.00 Zoom na architekturę – serial dokumentalny		3.00 Ekstremalne katastrofy (8, 9)		23.25 Sensacje XX wieku (1-4) – program hist.
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD
8.00 Na ratunek starociom	13.40 Patagonia. Życie na krańcu świata (1)	12.00 Królestwo drapeżników: Rebelia Najdziwniejsze cuda ewolucji (1) – serial dok.	9.30 Weterynarz ze szkockich wyżyn (9)	13.25 Wędrowki z dinozaurami (1) – dok.
9.00 Kto da więcej? (14) – dok.	14.45 Jak przetrwać w Australii (1) – serial dok.	13.00 Najdziwniejsze cuda ewolucji (1) – serial dok.	10.25 Małpie życie 14 (1, 2)	14.30 W okowach mrozu 12
11.00 Miliony Escobara – dok.	15.50 Niezwykłe podróże koleją (1) – serial dok., Fr.	14.00 Sekretne życie pingwinów (1) – dok.	11.30 W powietrzu (1-4) – dok.	15.30 Życie na pustkowiu 11
13.00 Skarby z szopy (18, 19)	16.55 Dokąd dzisiaj? 4	15.00 Najgroźniejsze węże świata (1) – serial dokum.	15.55 Afrykańskie drapeżniki: wielka czwórka (4) – dok.	16.30 Amerykańskie Południe
14.00 Łowcy staroci (8, 9) – dok.	18.15 Świat z góry (11, 2) – dok.	16.00 Olsniwiająca Ameryka	17.00 Rzeczne potwory 8 (1)	17.30 Skarby przeszłości i ich tajemnice (2) – serial dok.
16.00 Skarby z szopy (20, 21)	18.45 Ramzes II. 66 lat panowania (1) – dok., Fr.	17.00 Dorastanie w świecie zwierząt – serial dok., USA	18.10 Australijscy poławiacze homarów 5 (1) – dok.	18.30 Planeta Ziemia 3 (4)
17.00 Militaria na warsztat (8)	19.45 Cytadela Sisteron. U wrót Prowansji – dok.	18.00 Dzikie zwierzęta Europy	19.00 Wielkie koty w małym świecie (1) – serial dok.	19.45 Pewnego razu w kosmosie (3) – dok.
18.00 Poszukiwacze kamieni szlachetnych (14) – dok.	20.50 Niezwykłe podróże koleją 12 (2) – serial dok.	19.00 Walki zwierząt (5) – dok.	20.05 Braterstwo lwów (1)	20.55 Życie na pustkowiu 11
19.00 Gra o skarby – serial dok.	22.00 Historia Łuku Triumfalnego – film dok.	20.00 Niszczycielskie żywioły (4) – serial dokumentalny	21.15 Tygrysy: dziedzictwo (1)	21.55 W okowach mrozu 12
20.00 Przypadki z archiwum X – serial dokumentalny, USA	23.10 Cel: zatrzymać ludobójstwo (1) – dok.	21.00 Niezwykły dr Pol	22.25 Afrykańskie drapeżniki: wielka czwórka (1) – dok.	22.55 Amerykańskie Południe
22.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dokum., USA		2.00 Chiny: ukryte królestwa (1)	23.30 Wielkie koty: naukowe spojrzenie – film dokum.	23.55 Nowozelandzka wyprawa Jimmy'ego Doherty'ego (1) – dok.
0.00 Zoom na architekturę (2)			0.35 Rzeczne potwory 8 (1)	0.55 Skarby przeszłości i ich tajemnice (2) – serial dok.
2.00 Pierwsze damy PRL (1, 2)				
3.00 Pasja – sposób na życie				
4.00 Mikroprzygoda (5) – dok.				
POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
16.00 Muzyka ma moc – dok.	8.00 48h. Zaginieni (188, 189)	12.25 Punkty zwrotne II wojny światowej (3)	14.10 Prawda leży pod ziemią 2 (1) – serial dok.	8.05 Jak to robią zwierzęta? 10.10 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta (1-4)
17.05 Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (1) – serial dok.	10.00 Polacy za granicą (1, 2)	13.35 Naziści: korzenie zła (1)	15.05 Zbrodnia w moim domu	12.15 Aloha, nowy dom! (1, 2)
18.00 Pappio Chmiel – film dok.	12.00 Wojny kontenerowe	14.30 Historia sprawiedliwości (9)	16.00 Szokujące morderstwa: Kalifornia 3 (7) – dok.	14.20 Człowiek kontra jedzenie (14) – mag. kulin.
19.05 Naddniestrze, Abchazja i Osetia – fantomowe państwa – film dokum., Fr.	13.10 Poszukiwacze historii	15.30 W poszukiwaniu zaginionych wikingów	17.00 Nastoletnie polskie zabójczynie (4, 3) – dok.	14.55 Tu jest pięknie (8, 9)
20.10 Wędrowki szlakami granicznymi (1)	14.00 Jeden dzień z życia Ziemi (1) – film dokum.	16.50 Królowie-zabójcy (2)	18.00 Prawda leży pod ziemią 2 (6) – serial dok.	15.55 Nieoczywiste miejsca
21.05 Taniec z rosyjskim niedźwiedziem (2) – dok.	15.05 Tajemnice zamków (1, 2)	17.50 II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie (5) – serial dok.	19.00 Łowca morderców (1)	17.00 Ed Stafford poza cywilizacją (4, 5) – dok.
22.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn	17.10 Wielkie miasta starożytności (1, 2) – dok.	18.55 Punkty zwrotne II wojny światowej (3)	20.00 Tajemnica mojej śmierci	21.05 Szokujące potrawy (4, 5)
22.20 Zwycięstwo za wszelką cenę – film dokum., Francja	19.35 Śmierć studentów – tajemnica Przepływu Diatowa – film dokum., Fr.	20.00 Naziści: korzenie zła	21.00 Pogrzebani za domem 6	21.05 Sprawa dla medium i detektywa (4, 5) – dok.
23.25 Tajemne miejsca zbrodni (1) – serial dok., Fr.	20.55 Walka o światową dominację – film dokum.	22.10 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (4) – serial dokum.	22.55 Morderstwo na Manhattanie – dok.	23.10 Kobieta na krańcu świata (7, 8, 1) – dok., Pol.
	22.00 Pablo Escobar: Początek i koniec – film dok., 2017	23.10 Życie prywatne przywódców Rzeszy (1)	23.55 Szokujące morderstwa: Kalifornia 3 (2) – dok.	0.55 Aloha, nowy dom! (1, 2)
	23.50 Łowcy nazistów (4)		0.50 Gypsy Rose Blanchard: życie od nowa 2 (6)	3.00 Ed Stafford poza cywilizacją (4, 5) – dok.
	1.00 Przepięczone podziemie			

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA

14.10 **Kulturalni** – magazyn
15.00 **Serwis Info** – pr. inf.
15.10 **Kiedyś to było...**
15.40 **Hity i historie gwiazd** – mag. muz.
16.00 **Zaraz wracam 2 (78)**
16.30 **Barwy szczyścia** (3301) – serial obycz.
17.00 **Telexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka** (1130)
17.50 **Telexpress Extra**
18.15 **Słownik polsko>polski** (688)
18.45 **Panorama**
19.20 **Mysliciele – sylwetki polskie** (3) – cykl reportaży
19.30 **Program informacyjny** 19.30
19.55 **Pytanie dnia** – publ.
20.10 **Sport, pogoda**

TVP ROZRYWKA

7.10 **Okrasa lamie przepisy** – mag. kulin.
8.20 **Familiada** – telet.
8.50 **Va banque** (1033)
9.25 **Koło fortuny** (1978)
10.00 **Program rozrywkowy**
10.05 **Makłowicz w podróży** – mag.
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – telet.
13.15 **Noce i dnie** (3)
14.15 **Rodzinka.pl** (142, 143) – kom., Pol.
15.20 **Program rozrywkowy**
15.50 **Kocham Cię, Polsko!** (8) – program rozrywk.
17.25 **Va banque** (1034)
18.00 **Koło fortuny** (1979)
18.40 **Okrasa lamie przepisy** – mag. kulin.

POLSAT CAFÉ

6.00 **Oszukane** (10, 11) – serial paradokum.
8.00 **Komisarz Mama** (8) – serial krym., Polska
9.00 **Drugie życie sukni ślubnej. Second Chance Dresses** (12) – program rozrywkowy
9.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (23, 24) – reality show
12.30 **Bogaty dom – biedny dom** (122, 123)
14.30 **Kolacja w ciemno** (23, 24) – pr. rozrywk.
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (1) – reality show
18.00 **Nasz nowy dom** (278, 279) – reality show, Polska

TV 4

6.00 **Strażnik Teksasu** (15, 16) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (103) – reality show
8.55 **Policjanci i Policjanci** (414, 415) – serial obycz., Polska
10.55 **Na ratunek 112** (1157, 456) – serial paradokum., Polska
11.55 **Dlaczego ja?** (1561, 1562) – serial paradokum., Pol. 2026
13.55 **Trudne sprawy** (1067-1069) – serial paradokumentalny
16.55 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (518) – reality show

TTV HD

7.20 **Ukryta prawda** (1173) – paradok., Pol.
8.20 **Kartoteka 8** (11, 12)
10.30 **Detektywi** (220, 310)
12.30 **Zakup w ciemno 2** (37) – reality show
13.30 **Zakup w ciemno 7** (35) – reality show
14.30 **Kartoteka 3** (5, 6)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, sport**
17.05 **Idź na całość 2** (19)
18.05 **Zakup w ciemno extra** (39)
18.45 **Damy i wieśniaczki. PL 8** (2) – fab.-dok.
19.45 **Express** – pr. inform.
20.05 **Zakup w ciemno 7** (37) – reality show
21.05 **Zakup w ciemno extra** (37)
21.45 **Express** – pr. inform.

TWN STYLE HD

5.30 **Związki z modą** (2) – program rozrywkowy
6.20 **Bez kompleksów** (7) – program rozrywkowy
7.10 **Co za tydzień** – mag.
7.45 **Złoty remont 9** (5) – program rozrywkowy
8.45 **Pojedynek na podróże** (1) – rozr.
9.50 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (6, 7) – reality show
11.25 **Ugotowani** (7, 8) – pr. kulin.-rozrywk.
13.30 **Kuchenne rewolucje** (2, 1) – program rozrywkowy
15.35 **Jestem z Polski** (9, 8) – serial dok., Pol. 2023
17.45 **Kuchenne rewolucje** (1-3) – program rozrywkowy

WOJENNY

20.25 **Czas honoru** (77) – Polska 2013
21.20 **Stawka większa niż życie** (13) – wojenny
22.20 **Małgorzata Ostrowska na dobry wieczór**
23.15 **Panorama**
23.45 **Kod bezpieczeństwa**
0.15 **Moda na język polski** (52) – magazyn

MAGAZYN KULINARNY

19.45 **Makłowicz w podróży**
20.25 **Postaw na milion**
22.10 **Rodzinka.pl** (28)
22.50 **The Voice Kids 9** (15)
0.50 **Koło fortuny** (1979, 1973) – telet.
2.00 **Kabaret. Super Show Dwójki 3** (31)
2.50 **Do śmiechu!** (76)
3.45 **Program rozrywkowy**

DOKUMENTALNY

20.05 **Więzienie kobiet** (108, 109, 140, 141)
22.00 **Walka o życie** (4) – serial dok., Pol. 2025
23.00 **Gry małżeńskie** (122) – reality show
0.00 **Love Island. Wypa miłośnicy** (318, 319)
2.00 **Gry małżeńskie** (123, 124)
4.00 **Zdrady** (26, 27) – serial paradok., Pol.

OBYCAJOWY

18.00 **Policjanci i Policjanci** (1415, 1416)
20.30 **Uroczysko** (245)
20.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1024)
21.30 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (141)
22.40 **Purpurowe rzeki 2: Anioliowie Apokalipsy** – thriller, Francja/Włochy/Wlk. Bryt. 2004, 125 min
0.45 **Love Island...** (33)

ROZRYWKOWY

22.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (11)
Andrzej i Katarzyna Gąsieniewicz komentują to, co najciekawsze, najśmieszniejsze i najpopularniejsze w polskiej telewizji. Nie szczędzą trafnych uwag i żartów.
23.20 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (1) – program rozrywkowy
0.20 **Kanapowicznie 3** (10) – pr. rozrywk.
1.20 **Boys, boys, boys** (1)
2.20 **Sędzia Anna Maria Wesołowska 7** (12, 13) – fab.-dok., Pol.
3.40 **Wyburzacze** (3, 4)

ROZRYWKOWY

20.50 **Babski biznes** (5) Marta Klepka poznaje Monikę, która prowadzi studio treningowe w Poznaniu. Uczestniczka odcinka ciężko pracuje, ale jej firma nie przynosi spodziewanych zysków.
21.50 **Jestem z Polski** (15, 16) – serial dok.
23.45 **Hotel Paradise 12** (37) – reality show
0.45 **40 kontra 20** (9, 10) – reality show
2.40 **Apetyt na miłość** (4)
3.45 **Dieta czy cud?** (4)
4.25 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (1) – mag. poradnikowy

TVP HD

11.20 **Na sygnale** (529, 530)
12.25 **Ojciec Mateusz 31** (406)
13.20 **Komisarz Alex 7** (86)
14.15 **Ranczo 5** (57, 58) – obycz.
16.10 **Gwiazdorska kuchnia Ani 2** (13) – magazyn kulin.
16.40 **Tancząca ze światem – Malta** (4) – magazyn
17.10 **Okrasa lamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 20** (254)
19.20 **Ranczo 7** (89) – obycz., Pol.
20.10 **Rodzinka.pl** (307, 308)
21.25 **Ojciec Mateusz 32** (409)
22.20 **Czas patriotów – film**
FILM sens., USA 1992, 130 min
0.30 **Jasminum** – film obycz., Polska 2006, 120 min

TVP 3 HD

12.25 **Muzyczne dzień dobry**
13.30 **Emercy na tropie**
14.40 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.
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 **Kino TVS: Film fabularny** – 225 min
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
0.30 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny** – serial obycz.

zoom TV

8.00 **Strażnik Teksasu 6** (20, 21) – serial sensacyjny
9.50 **MacGyver** (1, 2) – sens.
12.00 **Pułapki umysłu** – dok.
13.10 **Dynamo: Więcej niż magia** (1) – dok., Wlk. Bryt.
14.25 **Sensacje XX wieku**
16.45 **Wojciech Czerwikowski – boso przez świat**
19.00 **Strażnik Teksasu 6** (22, 23) – serial sensacyjny
21.00 **Hity polskiego kabaretu 7** (1, 6) – pr. rozr.
23.00 **Magia nagości** (7) – rozr.
0.05 **Stripitz – tak to się robi w Vegas** (6) – reality show
1.05 **Adam szuka Ewy VIP. Holandia** (2) – pr. rozrywk.

TLC HD

11.00 **Kiedy dzieci mają dzieci 7** – serial dok., USA
13.00 **Wiza na miłość: Znowu do wzięcia** – reality show
15.00 **Wiza na miłość: dalsze losy 8** (6) – reality show
16.00 **Historie wielkiej wagi – dalsze losy** (11) – dok.
18.00 **Kilogramy zbędnej skóry 3** – serial dok., USA
19.00 **Wiza na miłość – oczami bohaterów 5**
20.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 2** – reality show
21.30 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 8**
23.30 **Trójak zbrodni** – dok.
0.30 **Dr Pryszczyla 4** – dok.

C+ KUCHNIA HD

14.25 **ABC gotowania – kuchnia meksykańska**
14.50 **Nie bój ryby!** (2) (8) – mag.
15.15 **Kucharskiego pomysły na kuchnię** (1) – mag.
15.45 **Tajemnice indyjskich smaków** (8, 9) – serial dok.
16.40 **Jamie Oliver: jedz na zdrowie** (2) – dok.
17.35 **Jamie: dania na każdą kieszeń** (5) – mag. kulin.
18.30 **Nie bój ryby!** (2) (2) – mag.
18.55 **Zgrillowani 3** (6) – mag.
19.25 **M jak mięso** (7, 8) – dok.
20.15 **Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii** (7, 8) – serial dok.
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 10**

TVN TURBO HD

12.15 **Naprawy nie do naprawy** (4) – mag.
13.00 **Zawodowy handlarz**
14.30 **Wojsny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
18.15 **Wojsny samochodowe**
19.15 **Usterka 16** (21) – fab.-dok.
19.45 **Ciężarówka przez Chile**
20.45 **Naprawy nie do naprawy** (5) – mag.
21.30 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia** (8) – pr. rozr.
22.00 **Raport Turbo** – mag. inf.
22.15 **Moto Factory** (10) – mag.
23.00 **Z drugiej ręki** (14) – mag.
23.40 **Jeździć, obserwować**
0.25 **Mobilni mechanicy** (2)

NOVA HD

9.30 **Całkiem nowe lata miodowe** (4) – kom., Pol.
10.00 **Miodowe lata** (24) – kom.
10.30 **Więzienie** (38-40) – dok.
12.00 **Poirot** (1, 2) – serial krym.
14.00 **Świat według Kiepskich** (564, 565) – serial kom., Pol.
15.00 **Świat według Bundych** (232-237) – serial kom., USA
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (1) – kom., Pol.
18.30 **Miodowe lata** (123-125)
21.00 **Zdrady** (84) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (79, 80, 86) – krym.
1.00 **Łowca pedofiliów**
3.00 **Tv okazje** (83, 84)
3.50 **Wehikul czasu** (504, 503)
4.00 **Sala operacyjna** (10)

METRO HD

8.35 **Szpital** (691, 692)
10.35 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (633, 634)
12.35 **Szkoła** (677) – paradok.
13.35 **Anatomia piękna** 2 (4)
14.35 **Zapakuj do moich drzwi** (129) – telen., Turcja 2020
15.40 **The Floor** (11, 12) – telet.
17.00 **Ciężarówka przez Afrykę** (3) – serial dokum.
18.00 **Prawo Agaty 3** (9)
19.10 **Kartoteka 9** (11)
21.05 **Kryminalni** (4, 5) – krym.
23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** 10 (2) – krym.
0.15 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** 8 (3) – dok.
1.20 **Szpital** (689) – paradok.

ANTENA HD

10.40 **Co Polak trafi na drodze?** (1) – pr. rozr.
11.40 **Koszalińska Arena Kamilków 2025** (1) – rozr.
12.40 **Winnice miłości** (43)
13.55 **77 TV 4** (18) – pr. rozrywk.
14.55 **Niezwycyżki dr Pol** (23, 24)
16.55 **77 TV 5** (10) – pr. rozrywk.
17.50 **Gdzie tu coś zjeść?** (3)
18.50 **Morderstwa w Paryżu 9** (6) – serial kryminalny, Fr.
19.58 **Czas na pogodę** – pr. inf.
20.00 **Morderstwa w Paryżu 9** (7) – serial kryminalny, Fr.
21.15 **Detektywi z Bordeaux 5** (13, 14) – krym., Francja/Bel.
23.45 **Przepowiednia** – thriller, USA 2002, 145 min

WP HD

11.00 **Mityczne bestie** (10)
12.00 **Wariaci za kierownicą 4**
13.00 **Makłowicz w podróży**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5** (12-14) – dok.
16.56 **Pogoda** (1)
17.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 2** (1)
18.55 **Policjanci z sąsiedztwa 5** (30) – dok.
19.50 **Kim Dzsong Un: wspólniejsze despotą Czarnobyli: minuta po minucie** – dok., Wlk. Bryt.
22.01 **Pogoda** (1)
22.05 **Przebojowe kabarety** (1)
23.00 **1, 2, 3... Kabarety!** 3 (5)
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 11**

C+ DOMO HD

12.50 **Gardeners' World** 14 (21)
14.00 **Cudotwórcy 7** (9) – mag.
15.00 **Wakacyjne domy na wynajem** (16) – dok.
15.55 **Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie** 9 (7, 8)
16.50 **Gardeners' World** 14 (2)
18.00 **Ucieczka na wieś 25** (15)
19.00 **Wielkie projekty: nasza ulica 3** (1) – dok., Wlk. Bryt.
20.00 **Daleko od miasta** 13
21.00 **Cudotwórcy 7** (10) – mag.
21.55 **Wielkie projekty: Szwecja 5** (1) – serial dok.
22.50 **Cuda z drewna** (10) – dok.
23.40 **Wiejskie domy do liftingu** 2 (8) – dok.
0.40 **Cudotwórcy 6** (22) – mag.

HGTV HD

11.00 **Zarobić na remontie 6**
13.00 **Zbudujemy fajny dom 2**
13.55 **House Hunters – Poszukiwacze domów** 8 (3, 1) – pr. rozr.
15.05 **Mieszkanie na miarę** (4)
16.00 **Mieszkanie na miarę 4**
17.00 **Zróbmy sobie dom** (9)
18.00 **Weekendowa metamorfoza** 2 (4, 5)
19.55 **Prawdziwi ludzie, prawdziwe remonty**
20.55 **Dorota was urządzi!**
22.30 **House Hunters – Poszukiwacze domów** 9 (1-4) – pr. rozr.
0.40 **Kupujemy dom na plaży** 26 (7, 8) – dok.

POLSAT 2 HD

- 5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (244) – reality show
7.30 Na ratunek 112 (831, 832) – serial paradokum., Pol. 2023
8.30 Sekrety rodziny (240-242) – paradok.
11.30 Trudne sprawy (1192) – paradok., Pol.
12.30 Dlaczego ja? (1434, 1435) – paradok.
14.30 Świat według Kiepskich (287-291) – serial kom., Pol. 2008
17.00 48h. Zaginieni (261, 262) – krym., Pol.
19.00 Gliniarze (1121) – serial paradokum.
20.00 Ślad (24) – krym., Pol.
21.00 Gliniarze (1053) – serial paradokum.

DOKUMENTALNY


- 22.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (131, 132) – Pol.
Zawód rolnika jest jednym z najbardziej tradycyjnych zajęć w Polsce. Trzeba pracować przez 7 dni w tygodniu przez cały rok, wstawać o 4 rano i kłaść się o 23.
23.00 Świat według Kiepskich (282, 283) – serial kom., Pol. 2008
0.00 Ślad (107) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (35) – serial paradokum.
2.05 Wydarzenia
2.45 Ewa gotuje (473, 474)
4.00 Strzelnicza Nawała (2)

POLSAT PLAY HD

- 6.00 Niezwykłe pociągi (16)
7.00 Truckersi przez Australię (2) – serial dok.
8.00 Dorwać tuczyńca (14)
9.05 Wojny magazynowe (181, 182) – reality show
10.00 Wojny kontenerowe (3, 4) – serial dokumentalny
11.00 Hardkorowy lombard (81, 80, 82-85) – serial dok.
14.00 Polacy za granicą (55, 56)
16.00 Złomiarze (35, 36) – dok.
18.00 Poszukiwacze historii (143-145) – serial dok., Pol.
20.00 Złomiarze (30, 52) – dok.
22.00 Kolowrotek (176-187) – magazyn wredkarski
4.05 Starożytni kosmici (6, 5)

TVP Kobieta DVB-T2

- 13.55 Kiedyś to było... – mag.
14.30 Okrasa łamie przepisy
15.00 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka – mag.
15.30 Ojciec Mateusz 25 (323, 324) – krym., Pol. 2021
17.30 Dziką Australią Zachodnią z Billem Baileyem (2) – serial dok.
18.30 Rolnik szuka żony 12 (9)
19.30 Miłość i nadzieja (233)
20.30 Wichrowe wzgórza (214)
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (222) – obycz.
22.30 Wakacyjna terapia **FILM** – komedia, Fr. 2018, 90 min
0.00 Tajemnicze miejsc zbrodni (2) – serial dok., Fr.

SUPER POLSAT DVB-T2

- 6.05 Wydarzenia
6.45 SuperLudzie Extra (59) – magazyn
7.00 Na ratunek 112 (617, 618) – paradok.
8.00 Doktor Martin (41, 42) – serial obycz.
10.00 Wydarzenia
10.30 SuperLudzie 2 (19, 20) – serial dok.
11.30 Świat według Kiepskich (381-384)
13.30 Bitwa o palety (5)
14.30 Hell's Kitchen – Piękni Kuchnia 4 (32)
16.00 Ninja Warrior Polska (16)
18.00 Świat według Kiepskich (469, 470, 553, 554)
20.00 Złomiarze (17) – dok.

KRYMINALNY


- 21.00 Terrorysta – Wielka **FILM** Brytania 2012, 135 min
W Londynie działa niezidentyfikowana siatka przestępcza, która planuje zamach. Celem agenta Ewana jest wytropienie nieuchwytnego terrorysty, stojącego na czele grupy.
23.15 Kokainowy Rick **FILM** – dramat kryminalny, USA 2018, reż. Yann Demange, 140 min
1.35 Świat według Kiepskich (83, 23, 353-355)
4.00 Nasz nowy dom (243, 244) – reality show, Polska 2021

FOOD NETWORK HD

- 13.15 Posiekani na słodko (1)
14.15 Dziwaczne potrawy (3)
15.15 Dziecięce mistrzostwa wypieków: słodkie duety (9) – magazyn kulin.
16.15 Kuchenne rewolucje (2)
17.15 Magda gotuje internet
17.50 Apetyt na miłość (10)
18.50 Najlepszy cukiernik Ameryki (8) – reality show
19.50 Pojedynek na grillu (3)
20.50 Wiosenny turniej wypieków (6)
21.55 Dziwaczne potrawy (1)
22.15 Akcja: Restauracja! (9)
23.55 Człowiek kontra jedzenie (1-3) – mag. kulin.
1.25 Pyszne miejscówki

E! ENTERTAINMENT HD

- 8.00 Plastikarna fuzzerka (13, 14) – serial dok., USA
9.50 Z kamerą u Kardashianów (9, 10)
11.40 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
13.30 Plastikarna fuzzerka
15.20 Z kamerą u Kardashianów (11, 12)
17.10 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
19.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
19.30 Plastikarna fuzzerka (8)
21.30 Z kamerą u Kardashianów 15 (2, 3)
23.30 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.

TV 6 DVB-T

- 6.00 Więzienie (180, 181) – serial dok., Pol. 2024
6.55 Policjantki i Policjanci (613, 614) – serial obycz., Polska
8.55 Kobra – oddział specjalny (157, 158) – serial sens., Niemcy
10.55 48h. Zaginieni (204-206) – serial kryminalny, Pol. 2023
13.55 Policjantki i Policjanci (1151) – serial obycz., Polska
14.55 Kobra – oddział specjalny (159, 160) – serial sens., Niemcy
17.00 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (95) – serial sensacyjny
18.00 Strażnik Teksasu (17, 18) – serial sens.

KRYMINALNY


- 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (131-133)
Detektywi prowadzą śledztwo w sprawie śmierci kobiety, której ciało zostało znalezione w parku. Okazuje się, że ofiarą była wyznawczynią kultu wampirów.
22.55 Łowca pedofilów (149-152) – dok., Pol.
0.55 Więzienie (181, 182) – serial dokum., Polska
1.55 Septagon (17-19) – serial krym., Polska
5.10 Nona i jej córki (7)
5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.

POLSAT RODZINA HD

- 9.00 Sąsiedzi (55) – anim.
9.05 Gwiazdy lombardu
11.00 Bogaty dom – biedny dom (111, 112)
13.00 Rodzina zastępcza (298, 299) – kom., Pol. 2008
15.00 Niezwykłe pociągi (1, 2)
17.05 Pingwiny z Madagaskaru (35-38)
19.00 Rodzina zastępcza (259) – serial komediowy, Polska
20.00 Miódowe lata (9, 10, 50)
22.00 Nasz nowy dom
0.10 Naziści – wcielone zło
1.05 Ostatni rok Hitlera – dok.
2.00 Ewa gotuje (455, 456)
3.00 SuperLudzie (10, 12)
4.00 Kolowrotek (145, 146)

TV TRWAM DVB-T

- 15.50 Ma się rozumieć
16.00 Informacje dnia
16.10 Sanktuaria polskie
16.30 Porady medyczne bonifratrów (28) – med.
17.00 Świadkowie
17.30 Spotkanie Rodziny Radia Maryja – pr. religijny
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Z wędką nad wodę w Polskę i świat – rozr.
22.30 Gość oczekiwany **FILM** – obycz., Pol. 2024, 90 min

BBC FIRST HD

- 6.00 Zagadki doktora Blake'a 2 (6) – krym.
7.00 My Life is Murder 2 (1, 2) – serial krym.
8.40 Lewis 7 (4) – krym.
9.40 Ojciec Brown 9 (6) – krym., Wlk. Bryt. 2021
10.40 Śmierć pod palmami 15 (7) – serial kryminalny
11.45 Zagadki doktora Blake'a 2 (6) – krym.
12.55 London Kills (1, 2)
14.55 Ojciec Brown 3 (10)
15.55 Lewis 7 (4) – krym.
16.55 My Life is Murder 2 (2) – serial kryminalny
17.50 Morderstwa w Midsomer 10 (5, 6) – krym., Wlk. Bryt. 2007
19.55 Śmierć pod palmami 8 (3) – krym.

KRYMINALNY


- 21.00 Śmierć pod palmami 15 (8)
Mężczyzna ginie w morzu w tajemniczych okolicznościach. Pod wpływem tego zdarzenia na wyspie zaczyna krążyć plotki o Lusce – legendarnym potworze.
22.05 Na niebieskich świątłach (1, 2)
0.20 Ludwig (1) – krym.
1.35 Śmierć pod palmami 8 (3) – krym.
2.40 Morderstwa w Midsomer 10 (5, 6)
4.30 Wyjści spod prawa 2 (5)
5.30 Allo, allo! 4 (2) – kom.

BBC LIFESTYLE HD

- 8.40 Mistrzowie szyca 8 (8)
9.50 Zapraszam do stołu 22
10.50 Wielkie nowozelandzkie wypieki 2 (4, 5) – pr. rozr.
13.30 Domy gwiazd z Abbey Clancy (3) – pr. rozrywk.
14.35 Najlepsze hotele Indii (1)
15.35 Zapraszam do stołu 22
17.35 Domy gwiazd z Abbey Clancy (4) – pr. rozrywk.
18.35 Mistrzowie szyca 8 (9)
19.45 Wielkie nowozelandzkie wypieki 2 (6) – pr. rozrywk.
21.00 Życie w Dubaju (2) – dok.
22.05 Królewska St James's Street – film dokumentalny
23.05 Wystylowe choroby 6 (6)
0.05 Ratunek dla skóry 4 (9)

BBC BRIT HD

- 9.20 Top Gear: Ambitne porażki (7) – mag. motor.
10.25 Warsztat Hammond'a 5
11.25 Niezwykłe hotele bez tajemnic 5 (8) – serial dok.
12.30 Top Gear 2 (8) – mag.
13.35 Warsztat Hammond'a 5
14.35 Cuda inżynierii 3 (2)
15.40 Najślabsze ognio 3 (13)
16.45 Niezwykłe hotele bez tajemnic 5 (8) – serial dok.
17.50 Top Gear 2 (9) – mag.
18.55 Cuda inżynierii 3 (2)
20.00 Niezwykłe hotele bez tajemnic 6 (1) – serial dok.
21.00 Nadzwyczajne maszyny
23.00 Top Gear 2 (9) – mag.
0.05 Najślabsze ognio 3 (13)

STACJE DZIECIĘCE
TVP ABC DVB-T2

- 9.30 Domisie – dla dzieci
10.00 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (113) – mag.
10.20 Bolek i Lolek na Dzikim Zachodzie (1, 2)
10.45 Reksio (63, 64)
11.05 Małe i duże przygody Miffy 2
11.20 Świnka Peppa 8
11.35 Stacyjkowo (1, 2)
11.55 Strażak Sam (5, 6)
12.25 Domisie – dla dzieci
12.50 Halo, halo! (19)
13.00 Figo Migu na planecie Czochoz (26)
13.20 Pszczołka Maja
13.50 Lupin wśród bajek
14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham (23, 24)

ANIMOWANY


- 14.30 Świnka Peppa 8 – Wlk. Bryt. 2019
Kolejne wesołe przygody sympatycznej świnki. Peppa razem ze swoimi przyjaciółmi bawi się i poznaje świat. Towarzyszą jej też rodzice.
14.40 Topo Gigio (25, 26)
15.10 Rozmowa na dwie głowy (4) – widowisko
15.15 Al-chemik (1) – mag.
15.35 Księga Książ 5 (65)
16.05 Kosmo-kumple
16.35 Ricky Zoom (77, 78)
17.05 Super Wings: Strażnicy Świata
17.30 Piotruś Królik
18.00 Nowe przygody...

NICK JR. HD

- 16.10 Błaze i Megamaszyny 7
16.40 Psi Patrol 2 (4) – anim.
17.00 Rubble i jego ekipa 4 (4)
17.10 Rubble i jego ekipa (4)
17.30 Pan Krokodyl (4) – anim.
18.00 Barbapapa i jego rodzinka (12) – serial anim.
18.25 Tim Rex wśród gwiazd
18.55 Dora 3 (12) – serial anim.
19.25 Przygody Misia Paddingtona 2 (2) – anim.
19.50 Przygody Misia Paddingtona (1) – anim.
20.01 Świnka Peppa 7
20.30 Barbapapa i jego rodzinka (4) – anim., Fr.
21.00 Barbapapa i jego rodzinka (6, 8, 9) – anim.

MINI MINI+ HD

- 15.10 Baranek Shaun (11-13)
15.36 Jeżyk Happy (23, 24)
15.55 Mia i Kodus (16) – anim.
16.05 MEGA Ekspres (3, 4)
16.30 Ciekawski George 7 (2)
17.00 Strażak Sam 14 (13, 14)
17.25 Staś i fajna Babcia
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.56 Smery (27) – serial anim.
18.25 Leśna rodzina: Pamiętnik Frel (3, 4)
18.50 Baczne oczka (5, 6)
19.05 Kicia Kocia (3, 4) – anim.
19.25 Kicia Kocia 2 (2) – anim.
19.36 Jeżyk Happy (23, 24)
19.52 Basia (2) – anim., Pol. 2016
20.50 Wierszyki domowe (4-6)
20.35 Dolina Muminków 4 (2)

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 Szklko kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach
1.20 Kropka nad i – publ.
1.50 Tak jest – pr. publ.

POLSAT NEWS HD

- 14.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
14.55 Pogoda
15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
15.50 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15:50
16.10 Więcej „Wydarzeń” – inf.
16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
18.00 Najważniejsze pytania 19.55 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 3 TVP 3 DVB-T2

- 12.30 Okrasa łamie przepisy
13.00 Agrobiznes
13.20 Agropogoda
13.30 Rozmowa (nie)wygodna
14.15 Szkoła mistrzów
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 (143) – serial obycz., Turcja 2022

Warto zobaczyć

11.00

PARAMOUNT NETWORK

Mama i ja**KOMEDIA** Młody

chemik Andy zabiera samotną matkę w podróż po USA. Choć doprowadza go ona do szału, tworzą zgrany duet. Reż.: Anne Fletcher, A: Barbra Streisand, Seth Rogen, Zabryna Guevara USA 2012 120 min ► do godz. 13.00

14.10

C+ FILM

Franz Kafka**BIOGRAFICZNY** Początek XX

wieku, Praga. Introwertyczny Franz Kafka pracuje w urzędzie, a nocami pisze, próbując nadać sens swojemu doświadczeniu. Reż.: Agnieszka Holland, A: Idan Weiss, Peter Kurth, Ivan Trojan Czechy/Pol. 2025 125 min ► do godz. 16.15

16.10

ALE KINO+

Marokańskie wakacje**KOMEDIA** Troje Hiszpanów

jedzie do Maroka, by wypełnić ostatnią wolę zmarłego seniora. Misja obfituje w przygody i nieporozumienia. Reż.: Álvaro Fernández Armero, A: Julián López, Elena Irureta, Michelle Jenner Hiszpania 2023 125 min ► do godz. 18.15

16.50

CINEMAX

Olmo**KOMEDIODRAMAT** 14-letni

Olmo opiekuje się sparaliżowanym ojcem. Jego codzienność odmienia się, kiedy sąsiadka zaprasza go na imprezę. Reż.: Fernando Eimbcke, A: Aivan Uttapa, Gustavo Sánchez Parra USA/Meksyk 2025 85 min ► do godz. 18.15

17.55

WARNER TV

Stosunki**międzymiastowe****KOMEDIA ROMANTYCZNA**

Zakochani Erin i Garrett próbują podtrzymać związek, chociaż dzielą ich setki kilometrów. Reż.: Nanette Burstein, A: Drew Barrymore, Justin Long, Charlie Day USA 2010 125 min ► do godz. 20.00

18.30

FILMBOX PREMIUM

Melodia wiatru**OBYCIASJOWY** 8-letni

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

21.00

C+ PREMIUM

Wilhelm Tell**HISTORYCZNY** Rok 1307.

Szwajcaria ugina się pod władzą Habsburgów. Lokalny myśliwy pomaga zbiegowi. Nie wie, że to początek rewolucji. Reż.: Nick Hamm, A: Claes Bang, Tobias Jowett, Connor Swindells W. Bryt./Wł./USA 2024 130 min ► do godz. 23.10

22.25

ALE KINO+

Grzyby**THRILLER** Seniorka spotyka

w lesie parę, która twierdzi, że się zgubiła. Dziwne zachowanie młodych budzi jej podejrzenia. Narasta napięcie. Reż.: Paweł Borowski, A: Maria Maj, Paulina Walendziak, Jędrzej Bigosiński Polska 2023 100 min ► do godz. 0.05

→ filmowe hity



Dyrektor generalny Nike powierza pracownikowi zadanie ratowania jednego z działów firmy.



21.35

Air

POLSAT

BIOGRAFICZNY Kierownik marketingu mało znanej spółki nawiązuje współpracę z gwiazdą koszykówki.**HIT DNIA**

1984 rok. Nike zмага się z kryzysem sprzedaży butów do koszykówki i groźbą zamknięcia tego działu. Wiceprezes firmy Rob Strasser oraz jej dyrektor generalny, Phil Knight, powierzają Sonny'emu Vaccaro zadanie znalezienia nowej twarzy marki. Ten jest gotowy zaryzykować wszystko i stawia na Michaela

Jordana, choć wszystkim wydaje się to nierealne. Rywalizacja z Adidasem i Converse'em, negocjacje z agentem i matką Jordana, a także pomysł stworzenia buta zaprojektowanego specjalnie dla zawodnika prowadzą do rewolucyjnej oferty. Michael jako pierwszy koszykarz ma otrzymywać procent od każdej sprzedanej

pary. Ryzykowna decyzja, wspólna determinacja i przełamanie branżowych zasad sprawiają, że powstaje model Air Jordan. Dzięki innowacyjnemu podejściu Nike odmienia swoje losy i całą branżę sportową. HD 145 min ► do godz. 0.00

USA 2023 Reż.: Ben Affleck Wyst.: Matt Damon, Jason Bateman, Ben Affleck, Chris Messina, Viola Davis



20.00

TV PULS

Dziedzictwo krwi**SENSACYJNY** John (Mel

Gibson) wychodzi z więzienia. Po zakończeniu odsiadki wieździe spokojne życie. Pewnego razu do jego drzwi puka 17-letnia córka. Dziewczynę ścigają członkowie meksykańskiego kartelu.

Reż.: Jean-François Richet Wyst.: Erin Moriarty Francja 2016 HD 110 min ► do godz. 21.50



21.00

TVN 7

Na własną rękę**SENSACYJNY** W ataku

terrorystycznym giną żona i syn strażaka Gordy'ego Brewera (Arnold Schwarzenegger). Zamach przygotował przywódca kolumbijskiej partyzantki. Wdowiec zamierza go wytropić. Jedzie do Kolumbii.

Reż.: Andrew Davis Wyst.: Francesca Neri USA 2002 HD 140 min ► do godz. 23.20



21.35

TVP KULTURA

O północy**w Paryżu****KOMEDIA OBYCZAJOWA**

Scenarzysta Gil (Owen Wilson) jedzie z narzeczoną do Paryża. Gubi się w zaułkach miasta. Trafia do baru, gdzie poznaje artystów i pisarzy, którzy żyli w latach 20. XX w.

Reż.: Woody Allen Wyst.: Rachel McAdams USA 2011 HD 105 min ► do godz. 23.20



22.40

TV 4

Krwawa rozgrywka**SENSACYJNY** Agent Lin

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

Reż.: Leo Zhang Wyst.: Callan Mulvey Chiny 2017 HD 135 min ► do godz. 0.55



23.20

TVP 1

Wielki napad**na pociąg****SENSACYJNY** Podający się

za bogatego przedsiębiorcę Edward Pierce (Sean Connery) postanawia obrabować pociąg z transportem złota. Pomagają mu włamywacz Robert Agar i jego kochanka.

Reż.: Michael Crichton Wyst.: Lesley-Anne Down Wlk. Bryt. 1979 HD 110 min ► do godz. 1.10



23.25

TVP 2

Córki dancingu**MUSICAL** Syreny Złota

i Srebrna trafiają do świata warszawskich dancinów lat 80. Dołączają do zespołu Figi i Daktyle, w którym śpiewa Krysia (Kinga Preis). Nadprzyrodzone pochodzenie ściąga na nie problemy.

Reż.: Agnieszka Smoczyńska Wyst.: Jakub Gierszał Polska 2015 HD 100 min ► do godz. 1.05

→ sport



11.00 **Turniej WTA w Rzymie**
C+ SPORT 2 **TENIS LIVE** Początek serii zawodów na męczy nie był udany dla Igi Świątek. Polka odpadła z turnieju w Stuttgarcie w ćwierćfinale po porażce z Mirrą Andriejewą. Jak spisze się w Rzymie, gdzie triumfowała już trzy razy? **HD** 120 min ▶ do godz. 13.00



15.55 **Francja – Polska PIĘKA NOŻNA LIVE**
TVP SPORT Kadra dowodzona przez Paulinę Kawalec zaczyna udział w rozgrywanych w Irlandii Płn. mistrzostwach Europy do lat 17. Oprócz Francuzek ich rywalkami w grupie B będą także Finki i Hiszpanki. **HD** 130 min ▶ do godz. 18.05



19.25 **Kazachstan – Polska HOKEJ LIVE**
POLSAT SPORT 1 Spadkowicz z elity będzie trzecim rywalem naszej kadry w MŚ dwiżyji 1A. Ostatnio Polacy spotkali się z Kazachami w 2024 r. w światowym czempionacie. Przegrali wówczas 1:3. **HD** 155 min ▶ do godz. 22.00



20.55 **Arsenal – Atletico PIĘKA NOŻNA LIVE**
C+ EXTRA 1 Rojiblanco przegrali w finale Pucharu Króla z Realem Sociedad. Liga Mistrzów jest więc dla nich ostatnią szansą na trofeum w tym sezonie. Czy odegrają się na Kanonierach za porażkę 0:4 jesienią? **HD** 130 min ▶ do godz. 23.05

→ rozrywka



20.00 **Królowa i Szekspir**
TVP KULTURA **TEATR TELEWIZJI** Umierająca królowa Elżbieta zaprasza do zamku w Richmond Jakuba VI, arcybiskupa Whitgifta i dramatopisarza Williama Szekspira. Pragnie zainscenizować własną śmierć. Dokonuje rozrachunku ze swoim życiem. **HD** 95 min ▶ do godz. 21.35



21.30 **Skok na głęboką wodę**
TVN **REALITY SHOW** Konflikty w parach narastają. Między Anđeliką a Kamilem szybko doszło do porozumienia. Ostatnio w ich związku pojawił się jednak kryzys. Kobieta chciała użyć flary i opuścić wyspę. **HD** 70 min ▶ do godz. 22.40



22.00 **Kanapowczynie 3**
TTV HD **REALITY SHOW** Duety matek i córek już niebawem wezmą udział w finałowym wyzwaniu. Intensywnie trenują, by przebiec w nartach 28 kilometrów. Przekonamy się, czy przed wyprawą kobiety zdołają pokonać swoje lęki. **HD** 60 min ▶ do godz. 23.00

→ dokument



21.00 **Teorie spiskowe pod lupą**
DISCOVERY CHANNEL **SPOŁECZEŃSTWO** Andrew Bustamante bada historię tajemnego programu MK-Ultra prowadzonego przez CIA. Sprawdza, czy można hipnozować skłócić człowieka do zbrodni. **HD** 60 min ▶ do godz. 22.00

Zamów najbliższe wydania swojego ulubionego tytułu!



Oferta PRENUMERATY

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

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



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

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

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.10 Wykrywacz kłamstw** – publ.
5.30 Pytanie dnia – pr. publicyst.
5.50 Reporterzy – mag. reporterów
6.00 Oko na świat – magazyn
6.20 Akcjaowa 38 (850)
 – 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.
8.25 Zaraz wracam 2 (123)
9.00 Ranczo 2 (21) – obycz., Pol. 2007
10.05 Komisarz Alex 3 (30)
11.00 Ojciec Mateusz 10 (134)
12.00 Serwis Info – program inform.
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda – program inform.
12.35 Magazyn rolniczy
12.55 Natura w Jedynce: Las Kolorów – Góry Tenasserim
 – dok., Hiszpania/Wlk. Bryt. 2025
14.00 Złoty chłopak (283)
15.00 Serwis Info – program inform.
15.10 Reporterzy – mag. reporterów
15.35 Gra słów. Krzyżówka (1016)
16.05 Dziedzictwo (909) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
17.55 Klan (4708) – telenowela, Polska 2026
18.20 Zaraz wracam 2 (124) – serial obyczajowy, Polska 2025
18.55 Akcjaowa 38 (861)
 – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.30 Piłka nożna: Liga
LIVE Mistrzów UEFA – studio

TVP 2 HD DV3 T2

- 4.30 Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2022
5.30 M jak miłość (1748) – serial obyczajowy, Polska 2023
6.25 Przysiął nad Biblią – program religijny
6.55 Barwy szczęścia (3372) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.40 Rosół polski (34)
 – magazyn kulinarny
12.10 Program publicystyczny
12.30 Koło fortuny (1819) – teleturniej
13.15 Panna młoda (87) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (955) – teleturniej
14.35 Na sygnale (894): Zacier ostatniej szansy – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (383) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 Koło fortuny (1820) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (88) – serial obyczajowy, Turcja 2024
 Beyza nadal przebywa w domu Cemila, co prowadzi do ostrego konfliktu z Deryą. Ta wpada na trop sekretu Cemila. Hancer sprrowadza Beyzę do rezydencji.
18.15 Va banque (956) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3372) – serial obyczajowy, Polska 2026
19.55 Domowe patenty 2 (3)
 – magazyn poradnikowy

polsat POLSAT HD DV3 T2

- 4.40 Disco Gramy**
5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Malanowski i partnerzy (250, 251): Śmierć w piekarni; Czarna limuzyna – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1056, 1057) – serial paradokumentalny, Polska 2021
11.35 Gliniarze (754-756) – serial paradokumentalny, Polska 2022
14.40 Dlaczego ja? (1560) – serial paradokumentalny, Polska 2026
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.20 Interwencja – magazyn reporterów
16.30 Na ratunek 112 (1157) – serial paradokumentalny, Polska 2026
17.00 Gliniarze (1197) – serial paradokumentalny, Polska 2026
 Podczas wymiany zakładniczeki za okup dochodzi do tragicznej w skutkach strzelaniny. Tropy prowadzą Olgierda i Krzyśka do spraw z lat 90.
18.00 Pierwsza miłość (4209) – serial obyczajowy, Polska 2026
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.30 Farma (207) – reality show
 Na półmetku rywalizacji nie ma taryfy ulgowej. Osoba, która odeszła jako ostatnia, wskaże bezpiecznego uczestnika w kolejnym pojedynku.

tvn TVN HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1628) – serial paradokumentalny, Polska 2024
6.50 Kuchenne rewolucje (11): Kuchnia Wielkopolski – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Doradca Smaku (25) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (13, 7) – program rozrywkowy
13.40 Ukryta prawda (1589, 1590, 1678) – parodok., Polska
 Paweł wychowuje ze swoją drugą żoną 19-letnią pasierbicę Asię. Pewnego dnia szokuje swoją córkę Martę prośbą, by przepisała na dziewczynę mieszkanie.
16.50 Szpital św. Anny (121) – serial obyczajowy, Polska 2026
 Influencer zostaje skierowany przez Rogowskiego na kardiologię. Niebawem dochodzi u niego do zatrzymania krążenia. Sabina atakuje Streckera za rezygnację z likwidacji onkologii.
17.55 Detektywi (315) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
 Dziesięcioletni Dawid prosi śledczych o pomoc w odnalezieniu babci. Ojciec chłopca, który samotnie go wychowuje, nie chce angażować detektywów. Oni jednak podejmują działania.
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4206) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.50 The Floor (9) – teleturniej

20

PIŁKA NOŻNA

**20.55 Liga Mistrzów UEFA****LIVE** – rewanżowy mecz półfinałowy

Do tej pory Arsenal tylko raz grał w finale Ligi Mistrzów. W 2006 roku lepsza od niego okazała się FC Barcelona. By Kanonierzy znów mogli wystąpić w decydującej batalii o prestiżowe trofeum, muszą wyeliminować Atletico Madryt. Robin Le Normand i jego koledzy w ćwierćfinale pokonali Blaugranę.

23.20 Wielki napad na pociąg

FILM – film sensacyjny, Wielka Brytania 1979, reż. Michael Crichton, wyk. Lesley-Anne Down, Donald Sutherland, Sean Connery, Alan Webb, 110 min
 Edward Pierce postanawia obrabować pociąg z transportem złota. Pomagają mu włamywacz Robert Agar i jego kochanka.

1.10 Zanim się pojawiłeś – film obyczajowy, USA/Wielka Brytania 2016, reż. Thea Sharrock, wyk. Emilia Clarke, Sam Claflin, Janet McTeer, Vanessa Kirby, 110 min

3.00 To ja, złodziej – dramat sensacyjny, Polska 2000, reż. Jacek Bromski, wyk. Jan Urbański, Janusz Gajos

OBYCZAJOWY

**20.05 Barwy szczęścia** (3373)**LIVE** – Polska 2026

Daniel flirtuje w szpitalu z rejestratorką, a po pracy spędza czas z Emilem. Próbuje nauczyć swojego syna, jak być prawdziwym mężczyzną. Sugeruje mu również, że powinien zakończyć przyjaźń z Polą oraz Emilką.

20.40 Kulisy serialu „M jak miłość”

– cykl felietonów

M jak miłość (1931) – serial obyczajowy, Polska 2026

21.55 Na sygnale (897) – serial fabularno-dokum., Polska 2026

22.25 Magazyn Ekspresu Reporterów

FILM **23.25 Córki dancingu** – musical, Polska 2015, reż. Agnieszka Smoczyńska, wyk. Kinga Preis, Michałina Olszańska, 100 min

1.05 Obwiniony – dramat obyczajowy, Wielka Brytania 2023, reż. Philip Barantini, wyk. Lauryn Ajufo, Nitin Ganatra, Chaneil Kular, 90 min

2.35 Jim Carrey – Ameryka bez maski – film dok., Francja 2021

3.35 Rodzinka.pl – kom., Polska 2025

4.25 Zakończenie

BIOGRAFICZNY

**21.35 Air****FILM** – USA 2023, 145 min

HIT DNIA
 Lata 80. XX w. Sonny Vaccaro, dyrektor marketingu podopadającej firmy Nike, chce poprawić jej sytuację na rynku. Postanawia nawiązać współpracę z początkującym koszykarzem Michaeliem Jordanem. Negocjuje z matką mężczyzny, Deloris, która ma świadomość, ile warty jest talent jej syna. Stawia twarde warunki.

0.00 Metro strachu – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2009, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington, John Travolta, Luis Guzmán, Victor Gojcaj, 135 min
 Nowy Jork. Bandyci wprowadzają jeden z pociągów metra. Grożą śmiercią pasażerów, jeśli nie dostaną okupu. Powstrzymać ich może tylko Garber, pracownik centrum kontroli ruchu, który bardzo dobrze zna sieć podziemnych korytarzy.

2.15 Detonator – film sensacyjny, USA/Rumunia 2006, reż. Po-Chih Leong, wyk. Wesley Snipes, Silvia Colloca, Tim Dutton, William Hope, 145 min

ROZRYWKOWY

**21.30 Skok na głęboką wodę** (9)

Konflikty w parach narastają. Między Andżeliką a Kamilem doszło do porozumienia. Ostatnio w ich związku pojawił się jednak kryzys. Przed uczestnikami kolejne wymagające wyzwania.

22.40 Kuba Wojewódzki (10) – talk-show

23.40 Superwizjer – magazyn reporterów, 2026

0.20 Dungeons & Dragons: Złodziejski honor – film przygodowy, USA/Kanada/Wielka Brytania 2023, reż. Jonathan Goldstein, wyk. Chris Pine, Michelle Rodriguez, Regé-Jean Page, Justice Smith, 165 min

Złodziejaszek Edgin i wojowniczką Holgą uciekają z więzienia. Chcą pokonać swojego dawnego wspólnika Forge'a, który został lordem Neverwinter i przejął opiekę nad córką Edgina.

3.05 The Traitors. Zdraycy (11) – program rozrywkowy

4.50 Uwaga! – magazyn reporterów

5.05 Jak to jest zrobione? (2) – serial dokumentalny, Kanada 2013-2014



- 5.20 Ten moment** (7) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (624-626) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 8.45 Ukryta prawda** (1289, 1204, 1205) – serial paradokumentalny, Polska 2012
- 11.55 W-11 – Wydział Śledczy** (954-956): Dom na Zarczecu; Porwanie Oli; Zamiatanie miłości – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2012
- 14.00 Detektywi** (75): Śmierć w saunie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 15.00 Szpital św. Anny** (111) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (622, 623) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 18.00 Sekrety życia** (11) – serial paradokumentalny, Polska 2023 42-letni rozwodnik prowadzi firmę z byłą żoną, co nie podoba się jego kochance. Konflikt nasila się, gdy w domu pary zjawia się córka mężczyzny, która ma poważny problem z alkoholem.
- 19.00 Ukryta prawda** (1482) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Wdowa zostaje okradziona przez poznanego w internecie kochanka. Ponieważ wstydzi się iść na policję, jej córka Magda rozpoczyna prywatne śledztwo. Za sprawą fikcyjnego profilu wciągają złodzieja w pułapkę.
- 20.00 Hotel Paradise 12** (38) – reality show



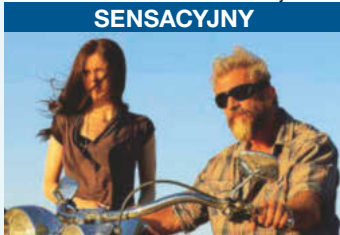
21.00 Na własną rękę
FILM – USA 2002, 140 min
 W zamachu giną żona i syn strażaka Gordy'ego. Akcję przygotował lider kolumbijskiej partyzantki. Wdowiec zamierza wytropić bandytę w jego kraju. Pomaga mu w tym nowo poznana Selena. Czeka ich trudna misja.

- 23.20 Obecność 3: Na rozkaz diabła** – horror, USA/Wielka Brytania 2021, reż. Michael Chaves, wyk. Patrick Wilson, Vera Farmiga, Ruairi O'Connor, Sarah Catherine Hook, 135 min Rok 1981. Arne Cheyenne Johnson zostaje aresztowany przez policję po tym, jak kilkunrotnie ugodził nożem właściciela motelu. Mężczyzna zapewnia, że zabójstwa dokonał demon, który go opętał...
- 1.35 Hotel Paradise 12** (37) – reality show
- 2.35 Żyjąc z potworem 6** (17) – serial dokumentalny, USA 2021
- 3.35 SOS Ekipy w akcji** (42) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 4.25 Dorota was urządził!** (7) – program rozrywkowy

Następny odcinek obejrzysz na:



- 6.00 Policjanci z Miami** (5, 6): Powrót Calderone'a, część 1 i 2 – serial kryminalny, USA 1984-1989
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (12, 13): Sprawa Stillera; Ostatnia noc – serial sensacyjny, Niemcy 2014
- 10.00 Triumf miłości** (133, 134) – serial obyczajowy, Meksyk 2010
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (67) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (1) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013, wyk. Meryem Uzerli, Halit Ergenc
- 14.00 Przepis na zbrodnię** (30) – serial kryminalny, Polska 2026
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 13** (704, 705) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 17.00 Dzielnica strachu 10** (465) – serial kryminalny, Polska 2025-2026 Grodziec i Nocon wyjaśniają okoliczności morderstwa trenera florecistik. Uwagę policjantów zwraca kochana nastolatka i jej nadopiekuńcza matka. W śledztwie pojawiają się wątki związane z romanssem, obsesją i zazdrością.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (995, 996) – serial obyczajowy, Polska 2026 Perkusista Janek naraża się sąsiadom, bo hałasuje. Niebawem zostaje zamordowany. W śledztwo angażuje się Filomena. Babuła twierdzi, że do skazania Kapicy niezbędne są zeznania Kazimierza i Komornickiej.



20.00 Dziedzictwo krwi
FILM – Francja 2016, 110 min
 John Link po zakończeniu odsiadki wie-dzie spokojnie, pustelnicze życie i unika kłopotów. Pewnego dnia do jego drzwi puka siedemnastoletnia córka Lydia. John nie widział dziewczyny od dawna. Okazuje się, że nastolatka jest ścigana przez członków gangu narkotykowego. Liczy na wsparcie ojca.

- 21.50 Ostateczna rozgrywka** – dramat sensacyjny, Wielka Brytania 2018, reż. Scott Mann, wyk. Dave Bautista, Pierce Brosnan, Ray Stevenson, Martyn Ford, 120 min Terrorysty wdzierają się na piłkarski stadion. Przejmują kontrolę nad obiektem i żądają okupu. Do akcji wkracza Knox.
- 23.50 Rzeka tajemnic** – dramat sensacyjny, USA 2003, reż. Clint Eastwood, wyk. Sean Penn, Kevin Bacon, Laura Linney, Tim Robbins, 160 min
- 2.30 Lombard. Życie pod zastaw 18** (992) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 3.30 Zobacz to!** – pr. powtórkowe



- 5.50 Ale numer! 23** (3) – pr. rozrywk.
- 6.25 Smerfy 2** (31) – serial anim.
- 6.35 Jeżyk i Przyjaciele** (4, 3) – serial animowany, Polska 2023
- 7.00 Psi Patrol 8** (17) – serial anim.
- 7.35 Superkoty** (21) – serial anim.
- 8.00 Myszka Miki: Frajdomek** (19) – serial animowany, USA 2021
- 8.35 Masza i Niedźwiedź 6** (5, 6) – serial animowany, Rosja
- 8.50 Świnka Peppa 2** (52) – serial animowany, Wielka Brytania 2005
- 8.55 Bing** (17, 18) – serial animowany
- 9.25 Basia 2** (20, 21) – anim., Pol. 2019
- 9.50 Jeżyk i Przyjaciele** (2) – anim.
- 10.00 Spidey i superkumple 2** (46, 45) – serial anim., USA 2022
- 11.00 Gigantozaur 2** (18) – serial anim.
- 11.25 Dinopociąg 2** (20) – serial anim.
- 11.55 Smerfy** (106, 107) – serial anim.
- 13.00 Gumisie 4** (10, 9) – serial anim.
- 14.00 Kacze opowieści** (42, 43) – serial animowany, USA 1987
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 4** (14, 15) – anim., Fr./Korea Południowa/Jap. 2020
- 16.00 Superthings: Kazoom Power** (26, 1) – serial anim., Hiszp. 2024
- 16.15 Fineasz i Ferb** (20) – serial anim.
- 16.50 Marta mówi 2** (11) – serial anim.
- 17.10 Superkoty** (20) – serial anim.
- 17.45 Świnka Peppa 2** (52) – serial animowany, Wielka Brytania 2005
- 17.50 Bing** (17, 18) – serial animowany
- 18.20 Masza i Niedźwiedź 6** (5, 6) – serial animowany, Rosja
- 18.35 Myszka Miki: Frajdomek** (19) – serial animowany, USA 2021
- 19.00 Don Matteo: Boski detektyw 13** (20) – serial kryminalny, Włochy 2022



20.00 Przepis na zbrodnię (33)
 – Polska 2026
 Za zgodą Edka Elvis próbuje wprowadzić do barowego menu kuchnię amerykańskiej. Zamierza przygotować idealne burgery. Kruzyna nie wierzy w jego sukces, więc chłopak dopracowuje danie po godzinach otwarcia lokalu.

- 21.00 Dzielnica strachu 10** (469, 470) – serial kryminalny, Polska 2025-2026
- 23.00 Zawód gangster 4** – film sensacyjny, Wielka Brytania 2019, reż. Andrew Loveday, wyk. Craig Fairbrass, Terry Stone, Roland Manookian, Emily Wyatt, 110 min
- 0.50 Dzielnica strachu 10** (467) – serial kryminalny, Polska 2025-2026
- 1.50 Lombard. Życie pod zastaw 9** (438) – serial obycz., Polska 2021
- 2.50 Lombard. Życie pod zastaw 3** (113, 114) – serial obyczajowy, Polska 2018
- 4.45 A kto to mówi?** (43) – program rozrywkowy
- 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (988) – serial obyczajowy, Polska 2026



OSTATNI OLBRYM
 W życiu Borisa (Matias Mayer), chary-zmatycznego przewodnika pracującego przy Wodospadach Iguaçu, pojawia się ojciec, który nigdy wcześniej nie miał czasu dla syna. To, co zaczyna się od niezręcznego spotkania, przeradza się w intymną podróż ku zdrowieniu. Obaj muszą stawić czoło przeszłości.
 ►obycz., Argentyna 2026; 100 min



FURIE 2: OPÓR
 Paryż. Lyna (Lina El Arabi) wciąż należy do gangu Furii (Marina Fois), bezwzględnej szefowej paryskiego półświatka, która zna jego wszystkie najmroczniejsze sekrety. Przystępczyni chce wyeliminować z branży największego wroga. Nie wie, że w tym czasie Lyna wcieli w życie swój własny plan...
 ►serial krym. (6 odc.), Francja 2025



CZEGO NIE WIEMY O DINOZAURACH
 Widowska produkcja zabiera widzów w podróż do czasów, w których na naszej planecie królowały wielkie gady. Pokazuje, jak powstały te niezwykłe stworzenia, dlaczego były tak ważne, w jaki sposób ewoluowały i co doprowadziło do ich wyginięcia.
 ►serial dokum. (4 odc.), USA 2026



UWOLNIĆ BERTA
 Bert Kreischer – znany z ekstrawaganckiego stylu życia i nieprzewidywalnych zachowań – staje przed nowymi wyzwaniami, gdy jego córki rozpoczynają naukę w prestiżowej prywatnej szkole w Beverly Hills. Mężczyzna decyduje się ujarzmić swoją buntowniczą naturę, by bliscy nie musieli się za niego wstydzić.
 ►serial kom. (6 odc.), USA 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD
6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9 (2, 3) – serial krym., USA/Kanada 2008
7.30 Dr House 2 (21, 22) – serial obyczajowy, USA 2006
9.25 Castle 6 (11, 12) – serial kryminalny
11.25 Detektyw Monk 3 (10, 11) – serial kryminalny, USA 2004
13.20 Dr House 2 (23, 24) – serial obyczajowy
15.20 Agenci NCIS 13 (23, 24) – serial kryminalny, USA 2015
17.10 Castle 6 (13, 14) – serial kryminalny, USA 2014
19.05 FBI 5 (10, 11) – serial kryminalny, USA 2022



21.05 Premiera: Rekrut 8 (2) – USA 2026

Po przeniesieniu Greya Tim obejmuje funkcję dowódcy zmiany. Nolan zostaje oficerem szkoleniowym Milesa tuż przed wizytą prezydenta w Los Angeles.

22.05 Walker: Strażnik Teksasu 4 (13) – serial kryminalny, USA 2024
23.00 Castle 6 (13, 14) – serial kryminalny
0.45 FBI 5 (10, 11) – krym.
2.40 Rekrut 8 (2) – krym.
3.35 FBI 2 (2) – serial krym.
4.25 Walker: Strażnik Teksasu (2) – krym.

TVP SERIALE
5.55 Rodzinka.pl (56)
6.30 Na sygnale (438, 439)
7.45 Ojciec Mateusz (434)
8.40 Komisarz Alex 23 (285) – krym., Pol. 2025
9.35 Rodzinka.pl (57)
10.05 Klan (1406) – telen.
10.40 Ranczo 5 (56) – obycz.
11.30 M jak miłość (1930)
12.25 Pan Mama (38)
13.05 Zaraz wracam 2 (118) – serial obycz.
13.40 Ojciec Mateusz 26 (339, 340) – krym., Pol.
15.35 Komisarz Alex 23 (286) – krym., Pol. 2025
16.25 Na sygnale (440, 441) – serial fab.-dokum.
17.30 Ranczo 5 (57, 58) – serial obycz., Polska
19.30 Ojciec Mateusz 26 (341) – krym., Pol. 2021



20.25 Ojciec Mateusz (435) – Polska 2025

Amanda postanawia zostać świećką zakonnicą. W swoich zamiarach może liczyć na wsparcie Mateusza. Nibawem pojawia się możliwość realizacji planu.

21.30 Ranczo 5 (59, 60) – serial obycz., Polska
23.25 Ojciec Mateusz 26 (342) – krym., Pol. 2021
0.15 Na dobre i na złe (991) – serial obycz.
1.10 Matylda (8, 9)
2.45 Zatkota szpiegów (1, 2) – szpiegowski
4.15 Klan (1406) – telen.

TVP KULTURA
8.00 WTEM (1) – felieton, Polska 2025
8.20 Dobry tytuł – mag.
9.00 Hala odlotów (59)
10.10 Jan Serce (1) – obycz.
11.10 Kocie ślady – krym., POLSKA 1971, 95 min
12.45 Profesor na drodze – film obyczajowy, Polska 1973, 75 min
14.00 Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki (9) – serial dok.
14.40 Komedia z pomyłek – kom. obycz., 40 min
15.20 Hania – film obycz., POLSKA 1984, 105 min
17.05 Jan Serce (2) – obycz.
18.10 Moby polskie
18.55 Zbigniew Zapasiewicz – film dokum., Polska 1999



20.00 Teatr Telewizji: Królowa i Szekspir – Polska 2000

Umierająca królowa Elżbieta zaprasza do zamku w Richmond Jakuba VI, arcybiskupa Whitgifta i dramaturpisarza Szekspira. Pragnie zainscenizować swoją własną śmierć.

21.35 O północy w Paryżu – kom. obycz., Hiszp./USA 2011, 105 min
23.20 Jacques Audiard, wielce skromny bohater – film dokum., Francja 2022
0.20 W poszukiwaniu dobrego filmu

ALE KINO+
6.30 Polska z góry 5 (8) – serial dok., Pol. 2020
7.00 Wolna krowa – film krótkometraż.
7.45 Królowa chmur – film obyczajowy, Polska 2003, 100 min
9.25 The Hero – film krótkometraż.
10.00 Karen Pirie 2 (1) – krym., Wlk. Bryt. 2025
11.55 Vera 8 (4) – krym.
13.50 Pod Starym Dębem – dram. obycz., Belgia/Fr./Wielka Brytania 2023, 140 min
16.10 Marokańskie wakacje – komedia, Hiszpania 2023, 125 min
18.15 Vera 9 (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.



20.10 Gunman: Odkupienie – USA/Hiszpania/Wielka Brytania 2015, 135 min

James Terrier pracował kiedyś dla służb jako egzekutor. Teraz próbuje odkupić dawne grzechy. Gdy staje się celem najemników, musi ocalić siebie i swoją ukochaną.

22.25 Grzyby – thriller, POLSKA 2023, rež. Paweł Borowski, wyk. Maria Maj, 100 min
0.05 Przejścia – dram. obyczajowy, Francja/Niemcy 2023, 115 min
2.00 Belfer 3 (4) – krym.

CANAL+ PREMIUM
10.20 Łąpu-capu – film dok., Wlk. Bryt. 2023
11.55 Chopin, Chopin! – dram. biograficzny, Polska 2025, 130 min
14.05 The Office PL 5 (1, 2)
15.00 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji – film dok., Niem. 2024
15.55 Saga „Zmierzczeni”: Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, 130 min
18.05 Łąpu-capu – film dok., Wlk. Bryt. 2023, 130 min
18.10 Mamma Mia! Here We Go Again – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018, 110 min
20.00 Spartakus: Dom Aszura (6) – hist., USA



21.00 Wilhelm Tell – Wielka Brytania/Włochy/USA 2024, 130 min

Rok 1307. Szwajcaria ugina się pod władzą Habsburgów. Wilhelm Tell, dawny uczestnik krucjacji i mistrz w posługowaniu się kuszą, przyłącza się do rebelii przeciwko wrogom.

23.10 Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego – film dokumentalny, Polska 2024
0.40 Prawo odwetu – film sensacyjny, Wielka Brytania 2025, reż. Fansu Njie, 100 min

HBO
10.00 Spijając z innymi – komediodramat, USA 2015, 100 min
11.40 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (9)
12.45 Focus – komedia krym., USA/Argentyna 2015, 105 min
14.30 Karate Kid – film przygodowy, USA/Chiny 2010, 135 min
16.45 Srebrna Gwiazda – dram. obyczajowy, USA 2024, 100 min
18.25 Dzień Bastylia – dram. sensacyjny, Wielka Brytania/Fr./USA 2016, 95 min
20.00 Gorąca rywalizacja (6) – obycz., Kan. 2025
20.55 Półbrat (2) – obycz.



21.55 Ród smoka 2 (2) – USA 2024

Otto planuje nastawić opinię publiczną przeciwko Rhaenyre. Nieświadoma tego faktu królowa kwestionuje lojalność Daemona. Ser Criston Cole obmyśla plan zemsty.

23.05 Bekat – dram. historyczny, Dania/Szwecja/Norwegia 2025, reż. Nikolaj Arcel, wyk. Mads Mikkelsen, 130 min
1.15 Człowiek w ogniu – dram. sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2004, 145 min

AXN WHITE
8.00 Unforgettable: Zapisane w pamięci (17) – krym.
9.00 Szpital nadziei (10)
9.55 Detektyw Murdoch 9 (8, 9) – serial kryminalny
12.05 Zaklinacze koni (3-5)
15.05 Winnice miłości 4 (163)
16.10 Szpital nadziei (11)
17.10 The Good Doctor 4 (9, 10) – serial obycz., USA 2021
19.05 Dr House (8) – serial obycz.
20.00 Dowody zbrodni 3 (3, 4, 4)
21.00 Unforgettable: Zapisane w pamięci (18) – krym.
22.50 Agenci NCIS 11 (10-12)
1.30 Dowody zbrodni 3 (3, 4)
3.15 Grand Hotel 2 (6) – krym.
5.05 The Good Doctor 4 (9)

AXN BLACK
10.55 Gwiazdne wrota 8 (9, 10)
12.55 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 2 (1) – serial sens.
13.55 Renegat 3 (9) – serial sens.
14.55 Drużyna A 3 (16) – sens.
16.00 Nieustraszone 3 (13)
17.10 Gwiazdne wrota: Atlantyda 3 (20) – s.f.
18.10 Gwiazdne wrota: Atlantyda 4 (1) – serial s.f.
19.05 Gwiazdne wrota 8 (11, 12) – s.f., USA/Kan. 2004
21.00 Bodyguard Zawodowiec – komedia sensacyjna, USA/Hongkong/Bulgaria 2017, reż. Patrick Hughes, 140 min
23.20 Snajper: Konic zbójczy – film sens., 2020, 120 min

WARNER TV
8.55 Bajer z Bel-Air (15, 16)
9.55 Za głosem serca (74)
11.00 Pełna chata 4 (19, 20)
12.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze (4, 5) – serial sens.
13.50 Bajer z Bel-Air (15-18)
16.00 Pełna chata 4 (19-22)
17.55 Stosunki międzymiastowe – komedia romantyczna, USA 2010, 125 min
20.00 Interkosmos – komedia s.f., USA 1987, 145 min
22.25 W sieci – thriller, USA 1994, reż. Barry Levinson, 155 min
1.00 Co się wydarzyło w Madison County – melodram., 1995, 155 min

POLSAT SERIALE
6.00 Gliniarze (611-613) – serial paradokumentalny, Polska
9.00 Co ludzie powiedzą? (1-3, 5, 6, 4) – serial kom.
12.55 Kowalscy kontra Kowalscy (37-40) – obycz.
14.55 Świat według Kiepskich (538-541) – serial kom., Pol.
16.55 Columbo (1, 4) – serial kryminalny, USA
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (4-6) – serial krym., USA/Kanada
23.50 Ślad (13-15) – serial krym.
2.50 Święty (186, 187) – serial komedijowy, Polska 2022
4.00 48h. Zaginięni (255, 256) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM
6.00 Łąpu capu – pr. rozrywk.
6.05 Miss kokrego – film podkoszulka – komedia, Polska 2002, 60 min
7.05 Super pierś i kot lotr – film anim., 2025, 90 min
8.35 Megamocny kontra Synodykat Zagłady – film animowany, 2024, 85 min
10.00 Łąpu capu – pr. rozrywk.
10.15 Kiler – komedia sens., POLSKA 1997, 105 min
12.00 Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012, 130 min
14.10 Franz Kafka – dram. biograficzny, Czechy/Polska/Niem. 2025, 125 min
16.15 Lisy do Julii – komedia romantyczna, USA 2010, reż. Gary Winick, 105 min
18.00 Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, reż. Doug Liman, 115 min
19.55 Łąpu capu – pr. rozrywk.
20.00 Ukiecinier – film s.f., Wielka Brytania/USA 2025, reż. Edgar Wright, 135 min
22.15 Naznaczeni – melodram., POLSKA 2025, 90 min
23.45 Kill Bill 2 – film sensacyjny, USA 2004, 135 min
2.00 Julia wraca do domu – dram. obycz., Niem./Kanada/Pol. 2002, 115 min
3.55 Wrokoklin Zoo – dram. obycz., Pol. 2024, 125 min

CANAL+ SERIALE
9.45 Siedem cudów świata z Bettany Hughes (1-3) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2025
12.15 Łąpu capu – program rozrywkowy
12.20 Godzina zero (1, 2) – serial kryminalny, Wielka Brytania
13.55 Łąpu capu – program rozrywkowy
14.10 Daleka Północ odkryta na nowo (1, 2) – film dokumentalny, Wielka Brytania 2024
16.15 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (7-9) – serial komedijowy, Francja 2022
18.15 Planeta Singli. Ośmiu historii (2, 7) – serial komedijowy, Polska 2021
20.00 Premiera: Spartakus: Krew i piach (4) – serial historyczny, USA 2010
20.55 Django (9) – serial przygodowy, Fr./Wł. 2022
21.50 Łąpu capu – program rozrywkowy
22.00 The Walking Dead: Powrót – film dokumentalny, USA 2024
22.45 The Walking Dead: The Ones Who Live (1) – serial grozy, USA 2024
23.50 Furioza (1-4) – serial sensacyjny, Polska 2021
3.30 Łąpu capu – program rozrywkowy

CANAL+ 360 HD
6.00 Miasta rytm: Zrabowane dzieła sztuki (1) – film dok., 2021
7.00 Chwila prawdy (9) – dok.
8.00 Rekruci (10) – serial dok.
8.55 Wykrywacz historii 4 (5)
10.00 Co poszło nie tak (3)
10.55 Złobozło (2) – serial dok.
11.50 Co poszło nie tak 4 (6)
12.55 Born Racers. Młodzie i szczyby (2) – serial dokum.
14.00 Polarna stolica motoryzacji: Arjeplog
15.00 Wykrywacz historii 5 (1)
16.00 Grip – w świecie supersamochodów (9)
17.00 Supersamoloty: bojowe 11 (6) – serial dok.
18.00 Champions Club – mag.
19.05 Wolne duchy. Starcie z żywiołami (7) – dok.
19.50 Supersamoloty: bojowe 11 (7) – serial dok.
20.50 Złobozło (1) – serial dok.
21.55 Powrót (1) – serial kom.
23.00 Montana: na dzikiej północy (4) – serial dok.
0.00 Polowanie na Hitlera (2) – serial dokumentalny, Pol.
0.55 Zasada przyjemności (4) – serial kryminalny
2.00 Twardzieli (4) – dok., Pol.
2.40 Łowcy tajemnic Bałtyku (2) – serial dok., Polska 2020
3.45 Pogotowie remontowe Wieszka (4, 5) – mag.
4.55 Zwierzęta Wajraka 3 (9, 10) – serial dokum., Pol.

HBO 2
12.45 Figurantka 2 (7, 8) – kom.
13.40 Tripped Up – komedia, USA 2023, 95 min
15.15 Male kobiety – melodramat, USA 2019, reż. Greta Gerwig, 130 min
17.25 Saga „Zmierzczeni”: Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, wyk. Kristen Stewart, 125 min
19.30 Azy! – thriller, USA/Francia/Rosja 2022, 95 min
21.05 Assassin's Creed – film przygodowy, USA/Fr./Wielka Brytania 2016, 110 min
22.55 The Alto Knights – film gangsterski, 2025, 120 min

HBO 3
12.35 Czarne bractwo – biograf., 2018, 135 min
14.50 Georgie i Mandy wzięli ślub 2 (3, 4) – serial obycz.
15.30 Ostatnie wielkie dzieło – dram. obyczajowy, USA 2019, 120 min
17.30 Serdecznie zapraszamy – kom., USA 2025, 105 min
19.15 Branza 2 (5) – serial obycz.
20.10 The Knick (2) – obycz.
21.00 Gorąca rywalizacja (6)
21.55 Półbrat (2) – serial obycz.
22.55 Ród smoka 2 (2) – fantasy
0.05 Peacemaker 2 (6)
0.45 Rodzaje zyczliwości – komediodramat, Irlandia/Wlk. Bryt. 2024, 165 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPLATKA STOPLATKA DVS 12
6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (31-33) – serial dokum.	6.00 Pingwiny z Madagaskaru (7, 8) – serial animowany, USA 2008-2010	5.05 Szkoła (716) – serial paradokum.	6.20 Astrid i Raphaëlle 3 (1, 2) – serial krym., Fr./Belgia/Szwajcaria	6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (9) – dok.	6.00 Kabaretowe hity (1)
7.30 Doktor Martin (69) – serial obyczajowy	7.00 Dwóch i pół 9 (4-7) – serial komediowy, USA 2011-2012	6.00 Top 100: filmy wszech czasów (10)	8.30 Kapitan Marleau 5 (2) – serial krym., Fr.	6.35 Och! Kabaret (8) – program rozrywkowy	6.50 Wielkie wynalazki (35) – dok., Wlk. Bryt.
8.25 Przyjaciółki (233, 234) – obycz., Pol.	8.55 Przyjaciele 5 (16-21) – serial komediowy, USA 1998-1999	6.30 Serieale Top 5 (13)	10.30 Agenci NCIS: Los Angeles 12 (11, 12) – serial sensacyjny	7.25 Och! Kabaret 2 (1) – program rozrywkowy	7.55 Wojciech Cejrowski – bosso przez świat
10.25 Świat według Kiepskich (176, 177, 203, 204, 97, 50) – serial kom., Polska	11.55 Teoria wielkiego podrywku 7 (2-7) – serial komediowy, USA 2013-2014	6.35 Lekarze 5 (12) – serial obyczajowy, Pol. 2014	12.20 Motyw (11, 12) – serial krym., Kanada	8.15 Zwierzęta Wajraka 3 (10) – dok.	9.00 Robert Makłowicz (147, 118) – mag. kulin.
13.50 Łowca i Królowa Lodu – film fantasy, USA 2016, 150 min	14.30 Dwóch i pół 9 (8-11) – kom., USA 2011-2012	7.35 Kryminalni (1)	14.10 Astrid i Raphaëlle 3 (3, 4) – serial krym., Fr./Belgia/Szwajcaria	8.50 Podróże Pana Kleksa (1/2, 2-ost.) – film przyg., Polska/ZSRR 1986, 200 min	10.50 Wojny magazynowe: Kanada 2 (19, 20)
16.20 Mumia powraca – film przygodowy, USA/Maroko/Wielka Brytania 2001, 150 min	16.30 Przyjaciele 5 (22-24) – serial komediowy, USA 1998-1999	8.45 Detektywi (436, 437)	16.20 Kapitan Marleau 5 (3) – serial krym., Fr.	12.10 Trędowata – melodramat, 1976, 130 min	11.55 Wojny kontenerowe 3 (11, 12) – serial dok.
18.50 Tower Heist: Zemsta cieciców – komedia sensacyjna, USA 2011, 130 min	18.00 Przyjaciele 6 (1-3) – serial komediowy, USA 1999-2000	9.50 Przepis na życie 5 (7) – obycz., Pol. 2013	18.20 Agenci NCIS: Los Angeles 12 (13, 14) – serial sensacyjny	14.20 Wracając do Marka – film dokum., 2002	13.00 Katastrofy w przestworzach (4, 5) – serial dok., Kan.
KOMEDIA	KOMEDIOWY	KOMEDIA	KRYMINALNY	CZARNA KOMEDIA	SENSACYJNY
21.00 Wesoly wtorek: Ted 2 – USA 2015, 135 min	19.30 Teoria wielkiego podrywku 7 (8-13) – Sheldon postanawia ukarać Leonarda za dawne przewinienia. Zmusza go, by poczuł się tak samo jak on. Tymczasem Penny spotyka dawną dziewczynę Raję, Lucy.	20.00 Poznaj moich rodziców – USA 2004, 145 min	22.00 Chicago P.D. 13 (3) – USA 2025	20.00 Horror Story – 2023, 120 min	20.00 Strefa zrzutu – USA 1994, 125 min
Pluszak Ted marzy o tym, by mieć dziecko. Najpierw musi dowiedzieć w sądzie, że jest pełnoprawnym członkiem społeczeństwa. Wspiera go przyjaciel John.	22.00 The Office PL 3 (1, 2) – serial kom., Pol. 2023	22.25 Jak Boss – komedia, USA 2020, 105 min	Burgess i Ruzek badają sprawę zabicstwa w swoim sąsiedztwie. Z tego powodu muszą przeanalizować napięte relacje, jakie panują w południowej części miasta.	0.05 Dzień kobiet – dram. obycz., 2012, 125 min	22.05 Alex Cross – thriller, USA 2012, 120 min
23.15 Och, Karol 2 – komedia, Polska 2011, reż. Piotr Weresiński, 140 min	23.05 Comedy Club 4 (5, 6)	0.10 Księgowny – thriller, USA 2016, 155 min	23.00 Blue Ridge 2 (7, 8) – serial kryminalny, USA 2024	2.10 Cicha noc – dram. obycz., 2017, 150 min	0.05 Dobry wojak Szwejk – kom. obycz., Czechosłowacja 1956, 160 min
1.35 Fala zbrodni (39-41) – serial sens., Pol. 2005	1.00 Parocholizy 3 (5, 6)	2.45 Dziewczyny z Hollywood 3 (9)	1.00 Kapitan Marleau 5 (3) – serial krym., Fr.	4.40 Najpiękniejsze fajerwerki ever – film krótkometraż.	2.45 Gra tajemnic – dram. biograf., Wlk. Bryt./USA 2014, 160 min
4.35 Na ratunek 112 (799, 800) – serial paradokum., Pol. 2023	2.00 Śmieszniej nie będzie 2 (5, 6) – rozr.	3.05 Szkoła (708)	3.00 Astrid i Raphaëlle 3 (1, 2) – serial krym., Fr./Belgia/Szwajcaria	5.25 Szumy i fonie	5.25 Moje Stare
CINEMAX CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI SCI FI	FX FX HD	KINO TV KINO TV HD	ROMANCE TV ROMANCE TV HD
12.15 The Wonderers – film obyczajowy, 2025, 100 min	13.25 Święty (47, 48) – kom., Pol.	6.00 Arcadia 2 (5) – serial s.f.	10.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (20) – serial krym.	8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (6, 7)	14.20 Dwa osły na Sardynii – komedia romant., Niem./Włochy 2015, 105 min
13.55 Mikado – dram. obycz., Francja 2024, 90 min	14.25 Spadkobiercy (4) – rozr.	7.00 Surrealstate (2-4) – serial grozy, USA 2021	11.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (22) – krym.	11.00 Panna Scarlet i komisarz (1, 2) – krym.	16.05 Lena Lorenz: Rodzice dla mojego dziecka – dram. obyczajowy, Niemcy 2021, 115 min
15.25 Czerwone pantofle – dram. obyczajowy, Wł./Meksyk 2022, 85 min	15.25 Co ludzie powiedzą? 5 (1) – serial kom., Wlk. Bryt.	10.00 Medium 5 (19) – krym.	11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15, 16)	13.10 Poirot – serial kryminalny	18.00 Zwierzyniec doktor Mertens (86) – obycz.
16.50 Olmo – komediodramat, USA/Meksyk 2025, 85 min	16.05 Jedną nogą w grobie (4)	10.55 Medium 6 (1) – krym., USA	13.45 Agenci NCIS 8 (12, 13)	15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (8, 9)	19.00 Górski lekarz (90) – obycz.
18.15 Sprawa Kramerów – dram. obyczajowy, USA 1979, 105 min	16.55 Czarna Żmija 4 (4) – kom.	15.30 Medium 6 (2, 3) – krym.	15.35 FBI (1) – serial kryminalny	17.50 Panna Scarlet i komisarz (3, 4) – krym.	20.00 Rosamunde Pilcher: Gdzie zaczyna się miłość – obycz., Austria/Niemcy 2006, 115 min
20.00 Road House – film sensacyjny, 2024, 120 min	17.35 Bok bocha Abishole 3 (6-8) – kom., USA 2021-2022	17.20 Czarodziejki 5 (21, 22)	16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (21, 22) – krym.	20.00 G.I. Jane – dram. obyczajowy, USA/Wielka Brytania 1997, 160 min	21.55 O jedną miłość więcej – film obyczajowy, Niemcy 2022, 115 min
22.00 Portland Tower (1-3) – serial krym., Wlk. Bryt.	19.00 Dwóch i pół 9 (4-7) – kom.	13.40 Grimm 2 (15, 16) – fantasy	18.20 Z archiwum X (2) – s.f.	22.40 Nienawistna osemka – western, 2015, 200 min	23.50 Górski lekarz (90)
0.20 Mozzarella – film obycz., Włochy 2024, 90 min	21.00 Świat według Kiepskich (3-5) – serial kom., Pol. 2016	15.30 Medium 6 (3) – krym.	19.15 FBI (2) – serial kryminalny	2.00 Płonąca pułapka – dram. sens., 2004, 165 min	
	22.30 Co ludzie powiedzą? 5 (2) – serial kom., Wlk. Bryt.	17.20 Czarodziejki 5 (21, 22)	20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (17, 18)	4.45 Klasyka krótkich animacji – filmy anim.	
	23.05 Jedną nogą w grobie (5)	19.10 Grimm 2 (17, 18) – fantasy	22.00 9-1-1 (9) – serial obyczajowy		
	23.50 Czarna Żmija 4 (5) – kom.	21.00 Ministerstwo Czasu 3 (6, 7) – serial przyg., Hiszp.	22.55 Z archiwum X (2) – s.f.		
	0.30 Comedy Club (2) – rozr.	0.05 Karate Kid – film przygodowy, 1984, 155 min	23.55 Matlock (4) – serial krym.		
	1.00 Dziewczyny w wielkim mieście 3 (3, 4) – kom.	2.40 Czarodziejki 5 (21, 22)	0.50 FBI (2) – serial kryminalny		
		4.50 Arcadia 2 (5) – serial s.f.			
CINEMAX 2 CINEMAX 2 HD	EPIC DRAMA EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ NOVELAS+ HD	FX COMEDY FX COMEDY HD	FILMBOX PREMIUM HD HD	PARAMOUNT NETWORK PARAMOUNT NETWORK HD
11.45 Moja noc – film obycz., Francja/Bel. 2021, 90 min	9.00 Lekarze na start (43, 44)	10.00 Wszędzie Ty (59) – telen.	8.00 Genialna Morgane 2 (8)	11.00 Wykretasy – komedia romant., 2010, 115 min	10.30 Pingwiny z Madagaskaru 3 (6)
13.15 Mistrzowie – komediodramat, Hiszpania 2018, 115 min	10.35 Agenci NCIS 16 (21, 22)	11.00 Otchłań namiętności (69) – telen., Meksyk 2012	9.10 Genialna Morgane 3 (1)	12.55 Magiczny świat Davida Copperfielda – film familijny, 2019, 130 min	11.00 Mama i ja – komedia, USA 2014, 120 min
15.10 Mistrzowie 2.0 – kom., Hiszpania 2023, 125 min	12.25 Wszystkie stworzenia duże i małe 2 (3) – obycz.	12.00 Za wszelką cenę (39)	10.10 Jim wie lepiej 3 (19, 20)	15.05 Wampirzyce – horror komediowy, 2012, 105 min	13.00 Wolny dzień Ferrisa Buellera – komedia, USA 2012, 140 min
17.15 Bilet do raju – komedia romantyczna, USA/Jap./Wlk. Bryt. 2022, 105 min	13.30 Tessa D'Urberville (3)	13.00 List pozogalny (44)	11.00 Sposób użycia 6 (13, 14)	16.50 Ostatnia rzecz – dram. obyczajowy, 2018, 100 min	15.20 Listy do Julii – komedia romant., USA 2010, 130 min
19.00 Sztuka kradzieży – komedia kryminalna, Kanada/USA 2013, 90 min	14.35 Panna Marple: Błękitne geranium – krym., USA/Wlk. Bryt. 2010, 120 min	14.00 Klasa 95 (41, 42) – telen.	12.00 Wszyscy Kochają Raymonda 7 (2-5) – kom.	18.30 Melodia wiatru – dram. obycz., Boliwia 2019, 90 min	17.30 Baywatch. Słoneczny patrol – komedia, Wielka Brytania/Chiny/USA 2017, reż. Seth Gordon, 150 min
20.30 Transformers – film s.f., USA 2007, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, 145 min	16.35 Agenci NCIS 16 (23, 24)	16.00 List pozogalny (45)	14.00 Diabli nadal 5 – kom.	20.00 Niewygodna prawda – dram. biograf., Australia/USA 2015, 135 min	20.00 Złap mnie, jeśli potrafisz – komedia kryminalna, USA/Kanada 2002, 180 min
22.55 Django – western, USA 2012, 165 min	18.20 Sprawy pana Booka (1)	17.00 Za wszelką cenę (40)	16.00 Simpsonowie 32 (11-14)	22.15 Iluzja 2 – thriller, Fr./USA/Hongkong 2016, 140 min	23.00 Podziemny krąg – dram. psycholog., 1999, 175 min
	19.30 Lekarze na start (45, 46)	18.00 Otchłań namiętności (70) – telen., Meksyk 2012	18.00 Jak poznałem waszą matkę 6 (1-3) – serial kom.	0.35 Widzę cię – thriller, USA 2019, 105 min	
	21.00 W końcu cie zabiję (2)	19.00 Dziećdzicka (59) – telen.	19.30 Współczesna rodzina 2 (4-6) – kom., USA 2010-2011		
	22.00 Niebezpieczne związki (8) – kostium., Wlk. Bryt.	21.00 Klasa 95 (42) – telenowela	21.00 Family Guy: Głowa rodziny 19 (19, 20)		
	23.20 Nędznicy (3) – kostium.	22.00 List pozogalny (45)	22.00 Epoka lodowcowa 3 – film animowany, 2009, 120 min		
	0.40 Kobiety na wojnie (7)	23.00 Za wszelką cenę (40)	0.00 Genialna Morgane 3 (1)		
	1.35 Lekarze na start (15)	0.00 Otchłań namiętności (70) – telen., Meksyk 2012			
	2.10 Agenci NCIS 16 (23)	1.00 Dziećdzicka (59) – telen.			

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT HD	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
10.00 Snooker: MŚ w Sheffield – finał 12.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – bouldering kobiet 13.00 Kolarstwo górskie: PŚ w Yongpyong – zjazd kobiet 14.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 2. etap 15.30 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina: Padrón – A Coruna 17.45 Kolarstwo górskie: PŚ w Yongpyong 18.30 Cycling Show – mag. 19.00 Snooker: MŚ w Sheffield – finał 20.30 Endurance Uncovered: Racing for Excellence	6.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off 8.00 Formuła 1: Grand Prix Miami 9.00 Polsat SiatCast – magazyn siatkarski, Polska 2026 10.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off 12.25 Hokej: Mistrzostwa Świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026: 15.55 Hokej: MŚ Dywizji 1A – Sosnowiec 2026: 19.00 Hokej: Mistrzostwa Świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026 – studio	6.00 Ekstrapaka – mag. 7.00 Ekstraklasa po godzinach – mag. 8.00 Turbokozak – mag. 9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Sevilla – Real Sociedad 11.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Radomiak – Lechia Gdańsk 13.30 Ekstrapaka – mag. 14.40 Sport+ – mag. 15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Sevilla – Real Sociedad 18.00 Turbokozak – mag. 19.00 Premier League Stories (38) – mag. 19.30 Premier League Netbusters – mag. 20.00 Premier League Review – mag.	5.35 Sportowy wieczór – program inform. 6.05 Lekkoatletyka: MŚ sztafet – Gaborone 2026 – 1. dzień 8.10 Lekkoatletyka: Maraton w Pradze 9.15 Magazyn 2. ligi piłkarskiej (62) – magazyn piłkarski 9.55 Piłka nożna: Betclit 1. Liga: Polonia Bytom – Polonia Warszawa 12.05 Piłka nożna: STS PP: Górnik Zabrze – Raków 14.30 GOL – mag. piłkarski 15.55 Piłka nożna kobiet: Mistrzostwa Europy U-17 – Wyspy Owczew: Francja – Polska 18.05 Piłka kobiet (8) – magazyn piłkarski	6.00 Xabi Alonso – Architekt – dok. 7.20 Birds of paradise – film dokumentalny 8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk 10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Valencia CF – Atletico Madryt 12.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Sassuolo Calcio – AC Milan 14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Heidenheim 16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Como 1907 – SSC Napoli 18.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Espanyol – Real Madryt	6.00 Fani czterech kólek 7.00 Na krańcu Alaski 8.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 4 – serial dok. 9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 10.00 Klan z Alaski – dok. 11.00 Złoto drwali – dok. 12.00 Fani czterech kólek 13.00 Nagi instynkt przetrwania 9 – dok. 15.00 Złomowisko PL 2 (1) 16.00 Fukushima: dni, które wstrząsnęły światem (1) – dok. 17.00 Nic do zgłoszenia (1) 18.00 Truckerki (2) – dok. 19.00 Złomowisko PL 5 (14, 15) – serial dok. 21.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok.
FORMUŁA E	HOKEJ	MAGAZYN PIŁKARSKI	PIŁKA NOŻNA	MAGAZYN PIŁKARSKI	DOKUMENTALNY
21.00 ePrix Niemiec – podsumowanie <p>António Félix da Costa przybył do Berlina uskrzydłony zwycięstwami w Arabii Saudyjskiej i Hiszpanii.</p> 22.00 Racing on the Edge 22.30 Cycling Show – mag. 23.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina: Padrón – A Coruna 0.00 Snooker: MŚ w Sheffield – finał 1.00 Kolarstwo górskie: PŚ w Yongpyong 1.30 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina: Padrón – A Coruna	19.25 MŚ Dywizji 1A – Sosnowiec 2026: Kazachstan – Polska <p>Po raz ostatni reprezentanci Polski mieli okazję rywalizować z Kazachstanem na mistrzostwach świata elity w 2024 roku. Wówczas ulegli przeciwnikom 3:1.</p> 22.00 Hokej: MŚ Dywizji 1A – Sosnowiec 2026 – studio 23.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off 23.55 Piłka nożna: Copa Libertadores: Sporting Cristal – SE Palmeiras	21.00 Liga+ Extra <p>Krzysztof Marciniak i Bartosz Glen podsumowują ostatnią kolejkę Ekstraklasy. W magazynie nie zabraknie bramek i rozmów z gośćmi.</p> 23.00 Sporty walki: ONE Friday Fights 152 1.15 Premier League Netbusters – magazyn piłkarski 2.00 Timbersport: Mistrzostwa Świata – Mediolan 2025 – zawody indywidualne 4.20 Premier League Stories (38) – mag. 5.00 Ekstrapaka – mag.	19.05 Liga Mistrzów UEFA – skróty <p>Najciekawsze fragmenty pierwszych meczów półfinałowych Champions League.</p> 20.30 Oko w oko – mag. 21.05 Retro TVP Sport (171) – mag. sportowy 23.00 Sportowy wieczór – program inform. 23.30 Piłka nożna kobiet: Mistrzostwa Europy U-17 – Wyspy Owczew: Francja – Polska 1.30 Boks: Gala w Nowym Jorku – podsumowanie 3.30 Boks: Gala w Quebecu – podsumowanie	20.00 Ligue 1 Show (32) <p>W programie m.in. wywiady z gwiazdami francuskiej ekstraklasy oraz zapowiedzi meczów z nadchodzącej kolejki.</p> 22.40 Formuła 1: Grand Prix Miami 22.40 Eleven Gol – mag. 0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Borussia M'gladbach – Borussia Dortmund 2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Pisa – Lecce 4.00 Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90. 4.45 Legendy ligi niemieckiej – mag.	22.00 Premiera: Brudne skarby 2: Powrót do przyszłości <p>Matt poszukuje butów z filmu „Powrót do przyszłości”, wycenianych na 100 tysięcy dolarów. Równocześnie tropi limitowaną serię kurtki z kultowej trasy hip-hopowej.</p> 23.00 Bimbrownicy 14 0.00 Fani czterech kólek: w trasie – serial dok. 1.00 Zoom na architekturę 6 – serial dokumentalny 2.00 Militaria na warsztat (9) – dok. 3.00 Królowie asfaltu (6)
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
11.30 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 2. etap 13.00 Snooker: MŚ w Sheffield – finał 15.00 Tenis: Turniej French Open 2025: J. Sinner – C. Alcaraz 17.00 Snooker: MŚ w Sheffield – finał 19.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Yongpyong – cross-country mężczyzn 20.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 3. etap 22.00 Snooker: MŚ w Sheffield – finał 23.30 Endurance Uncovered: Racing for Excellence – magazyn sportowy	8.30 Tenis: Turniej ATP w Madrycie 11.00 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzyń: VakifBank SK – Conegliano 12.30 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzyń – mecz 0.3. miejsce 15.00 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzyń – mecz finałowy 17.15 Siatkówka mężczyzn: PLS 1. liga – 3. mecz o 3. miejsce i mecz finałowy fazy play-off 23.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga – mecz: Zastal – Śląsk 1.00 Sporty walki: FEN	11.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 1. rundy 13.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 1. rundy 15.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 1. rundy 17.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 1. rundy 19.15 Tenis: Turniej WTA w Madrycie – mecz finałowy gry pojedynczej 21.45 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 1. rundy 0.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 1. rundy 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Jagiellonia Białystok – Górnik Zabrze	11.00 X Games – Aspen 2021 12.00 Blue World 4 (8, 9) 13.00 Nomads Seeking Adventure (1, 2) 14.00 WWE Classic Gold 16.35 WWE Highlights (7) 17.00 KPW Kombat TV (7) 18.00 New Japan Wrestling – Highlights (19, 20) 19.00 KPW Kombat TV (6) 20.00 AEW Collision (2618) 22.00 WDF Lakeside 2023 Championships (1) 23.00 New Japan Wrestling – Highlights (21, 22, 2) 1.00 Nomads Seeking Adventure (1, 2) 2.00 World of X Games 2018	12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – BVB 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Hellas 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayer – Lipsk 18.00 Eleven Top Goals – mag. 19.00 Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Milan 21.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Valencia CF – Atletico Madryt 23.00 Ligue 1 Show (32) – mag. piłkarski 23.30 Ligue1 (32) – mag. piłkarski 0.00 Piłka nożna: Liga francuska: OGC Nice – Lens 2.00 Pierwszy tytuł Kloppa	8.15 Szpital (470, 471) 10.15 Nowa Mają w ogrodzie 5 (22, 23) 11.15 Idealna niania 7 (6, 8) 12.45 Klinika naturalnego piękna (9, 10) 13.45 Klinika bez tajemnic (1) 14.45 Szpital (469, 470) 16.45 Idealna niania 7 (5, 6, 8, 9) 19.45 Zrób coś z tym dzieckiem (1) – mag. 20.15 Krytyczna diagnoza (1) 21.15 Moje koszarne stopy 22.15 Historie wielkiej wagi (4) 0.15 Sekrety lekarzy (11) 1.15 Szpital (403, 404) 3.15 Eks-tra zmiana (1, 2) 5.15 Klinika urody (5) – mag.
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 5 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
15.15 Boks: Walka o mistrzostwo Polski w Sopocie – waga ciężka: K. Meyna – M. Wach 17.55 Z archiwum ESPN – mag. 18.15 Sporty walki: FEN 55 w Ostrodrze – walka: M. Abdurzakow – M. Pietrzak 20.00 Strzelnica Renaty Mauër (8) – pr. sportowy 20.45 Strzelnica Navala (6) 21.30 Sporty walki: Babilon MMA 51 w Ciechanowie – waga ciężka: S. Kolecki – P. Mysiala 23.20 Atleci – magazyn sportowy 23.45 Boks: Polsat Boxing Promotions 6 w Będzinie: Marcin Siwy – Rydell Booker	6.00 Hokej: Mistrzostwa Świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026 8.30 Piłka nożna z archiwum 11.00 Piłka nożna z archiwum 13.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga 15.00 Cafe Futbol – mag. 17.00 Piłka nożna z archiwum 19.00 K.O. TV Classics – magazyn bokserki 20.00 Tenis: Turniej ATP w Monte Carlo 23.00 Magazyn koszykarski 0.00 Tenis: Turniej ATP w Monte Carlo 2.00 Sporty walki: Babilon MMA	11.45 Żużel: Metalikas 2. Ekstraliga: INNPRO ROW Rybnik – ZKS Stal Rzeszów 14.30 Żużel: Metalikas 2. Ekstraliga: PSŻ Poznań – H. Skrzydłowska Orzeł Łódź 17.30 Magazyn Metalikas 2. Ekstraliga – mag. żużlowy 18.00 Żużel: PGE Ekstraliga: KS Toruń – BAYERSYSTEM GKM Grudziądz 21.00 Żużel: PGE Ekstraliga: Sparta – FOGO Unia Leszno 23.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Wisła Płock 2.00 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA (31)	12.00 Piłka nożna: Girona – Mallorca 14.00 Bundesliga Clubs 15.30 Królowie goli 15.50 Historyczne momenty Ligue 1 – cykl reportaży 16.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Nantes – Olympique Marsylia 18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: St. Pauli – Mainz 20.00 Piłka nożna: Real Betis – Real Oviedo 22.00 Ligue1 (32) – mag. piłkarski 22.30 Serie A (35) – mag. 23.00 The LaLiga Santander Champions (34) – mag. 23.30 Bundesliga (32) – mag.	12.00 Legendy LaLiga – mag. 11.30 Miguel Soler – film dok. 12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Roma – Fiorentina 14.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Betis – Real Oviedo 16.00 Eleven Top Goals – mag. 16.50 Eleven Gol Live – mag. 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Atalanta – Genoa 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Union – FC Köln 22.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – FC Lorient 0.00 Moi bohaterowie – mag. 0.35 Bundesliga Dino – dok.	8.40 W rytmie wolności (3, 4) 10.30 Polska z góry 3 (7-9) 12.00 Dziką fauną śródziemnomorska (1-3) 15.00 Pan Olibrychski – dok. 16.40 Tragedia Titana – ostatnia wyprawa do wraku Titana – dok. 17.40 Dziką Namibią – dok. 18.40 Bałtyk – film dokum., Pol. 20.00 W pogoni za wieczną młodością – film dok., Fr. 21.00 Rioja, krajina tysiąca win 22.45 Rum i rewolucja. 23.35 Paweł z Hawany – dok. 0.50 KarakoRun – film dokum. 1.50 O co biega? (11) – mag.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	HISTORIA TVP HISTORIA DVB T2	HISTORIA HD
8.00 Jak to jest zrobione? – dok.	6.00 Morderstwo na prowincji 4 – dok.	10.00 Sydney: Lotnisko pod kontrolą (2)	6.00 Wehikuł czasu (505) – program inform.	6.25 Był taki dzień (553)	13.05 Starożytni kosmici 16 (15) – dok.
8.30 NASA: Niekończąca się podróż	8.00 Zbrodnie godne Hollywood 2: Pan X	11.00 Superlotnisko LaGuardia (2)	6.05 48h. Zaginieni (16) – serial krym., Polska	6.30 Lena na Bałkanach	14.00 Kowcy tajemnic (2)
10.00 Jak działa wszechświat? – dok.	9.00 Zbrodnie godne Hollywood 3 – dok.	12.00 Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu (7, 8) – serial dokum.	7.00 Byli sobie podróżnicy (15, 17, 16, 18) – anim.	8.10 Polskie drogi (5) – wojenny, Pol. 1976	14.50 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (10) – serial dok., USA
11.00 Mega maszyny Alaski – serial dokum.	10.00 Noc przynosi śmierć – serial dok.	14.00 Złapać przemytnika (6) – serial dok., USA	8.50 Wehikuł czasu (505)	9.35 Świętyni świata (2)	15.45 Gwiazdy lombardu 12 (6)
12.00 Poszukiwacze dinozaurów – dok.	12.00 Psychopata – znaki szczególne – dok.	15.00 Strzęgac granic (3, 4) – serial dokum.	9.00 Starożytni kosmici (2) – serial dok., USA	10.35 Siemkiewicz mniej znany	16.15 Gwiazdy lombardu 25 (10)
13.00 Zoom na architekturę	12.30 Psychopata – znaki szczególne 3 – dok.	16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic (1) – dok.	10.00 Gwiazdy lombardu (44-47) – reality show	11.30 Parki narodowe Korei Południowej (1): Góry – cykl dokum.	17.10 Starożytni kosmici 15 (8) – dok.
15.00 Jak działa wszechświat? – dok.	13.00 Psychopata – znaki szczególne – dok.	17.00 Tajemnice zaginionych miast (3) – serial dok., USA	12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy – serial dok.	12.35 Berlin 1945 (1)	18.10 Największe tajemnice świata 6 (2) – serial dok., USA
17.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok.	13.30 Psychopata – znaki szczególne 3 – dok.	18.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (4)	13.00 Poszukiwacze historii (9, 10) – dok.	13.35 „Dom” – tak powstał serial Królowie (7) – hist.	19.05 Starożytni kosmici 17 (5) – dok.
18.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3 – dok.	14.00 Mroczne piętno	19.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (4) – dok.	14.00 Polowanie na Hitlera (5, 6) – dok.	14.30 Polskie drogi (6) – wojenny, Pol. 1976	20.00 Starożytni kosmici 14 (16) – dok.
19.30 Zwycięzcy rzeczy – niezwykle wynalazki 11 – dok.	16.00 Wywiad z mordercą 2 – dok.	20.00 Katastrofa w przestworzach (7)	16.00 Dorwać tuńczyka (6, 7) – serial dok., USA	16.05 Sensacje XX wieku (1, 2) – program hist.	21.00 Piątka z historii (4)
	17.00 Wywiad z mordercą – serial dokumentalny		18.00 Rolnicy. Podlasie (3, 4) – serial dokum.	18.05 Czas honoru (46) – wojenny, Pol. 2011	21.30 Tajemnice Dolnego Śląska (4) – serial dok.
	18.00 Zabójczy blond			19.00 Ostatnie dni wojny Królowie (46) – hist.	



21.00 Czy jest z nami inżynier? (3, 4)
Justin jedzie do Turcji, aby poznać prawdę o osuwisku, które zniszczyło kurort narciarski. Następnie odwiedza lotnisko na Gibraltarze.

23.00 W sieci eksperymentów – dok., USA/Wlk. Bryt.
1.00 Jak działa wszechświat? – dok., USA 2016
3.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok.
4.00 Zoom na architekturę (2) – serial dokumentalny



19.00 Kława serialu „Glee” – USA 2023
Widzowie dowiedzą się, jak wysoką cenę zapłacili za sławę młodzi aktorzy z popularnego serialu „Glee”.

20.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet (8) – serial dok.
21.00 Żyjąc z potworem 10
22.00 Zaginieni z Chicago – nierozwiązane sprawy – serial dok.
23.00 Jak zginął w Hollywood 3
1.00 Żyjąc z potworem 10



21.00 Kosmiczne horyzonty (4)
Próba odpowiedzi na pytanie, jak ocalić Ziemię, gdy znajdzie się na kursie kolizyjnym z asteroidą. Ponadto omówione zostaną zaskakujące zjawiska na innych planetach.

22.00 Klucz do przepowiedni (1) – serial dokumentalny
23.00 UFO: Przelomowe śledztwa (1) – dok.
0.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy (4) – dok.
1.00 Alaska: Następne pokolenie (6, 7)



20.00 Galileo 26 (20)
W dzisiejszym odcinku m.in. przepisy na śniadanie z różnych stron świata. Ekipa uda się do zakładu produkującego adventowe wieńce.

21.00 Maszyny bojowe (5) – serial dok., Wlk. Bryt.
22.00 Polowanie na Hitlera (4, 5) – serial dokum., USA 2017
0.00 Starożytni kosmici 16 (12) – dok.
1.00 Rolnicy. Podlasie (34-37) – serial dok.
5.00 Kolowrotek (2, 3) – magazyn wędkarski



20.25 Zatoka szpiegów 2 (16) – Polska 2025
Franz odkrywa, że w organizacji działa zdrajca. Rosjanie i Niemcy próbują pokrzyżować jego plany przemyślenia Ewy i Redlinskińskich do Szwecji. Dochodzi do brutalnego starcia.

21.20 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (9): Okinawa – serial dok.
22.25 Nieznana wojna na Północy 2 (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
23.30 Sensacje XX wieku 1.15 Encyklopedia II wojny światowej (2)



22.00 Premiera: Kława Wyspy Dębów 13 (18) – USA 2025
Zapada decyzja o podniesieniu głazu w obszarze numer 8. Tymczasem na mokradłach badacze natrafiają na artefakt, który może pochodzić z czasów rewolucji amerykańskiej.

23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 7 (4) – serial dok., USA
23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (3) – serial dok., USA
0.50 Starożytni kosmici 14 (16) – dok.
1.50 Starożytni kosmici 15 (8) – dok.

8.00 Na ratunek starociom
9.00 Kto da więcej? – dok.
9.30 Perelki na warsztat
11.00 Przekłete złoto – dok.
13.00 Skarby z szopy (20, 21)
14.00 Łowcy staroci (10, 11)
16.00 Skarby z szopy (22, 23)
17.00 Militaria na warsztat (9)
18.00 Gra o skarby – serial dok.
20.00 Podróż w głąb strachu
21.00 Kosmici na Alasce (1)
22.00 Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante
23.00 Śmierć Diany: dwa śledztwa (2) – serial dok.
0.00 Zoom na architekturę: Siedem cudów świata
2.00 Pierwsze damy PRL (3, 4)

13.40 Patagonia. Życie na krańcu świata (2)
14.45 Jak przetrwać w Australii (2) – serial dok.
15.50 Niezwykłe podróże koleją (2) – serial dok., Fr.
16.55 Dokąd dzisiaj? 4
18.15 Świat z góry 11 (3) – dok.
18.05 Antropocene. Epoka człowieka – film dok., Fr.
20.00 Wielbiadzia. Rewolucja w medycynie? – dok., Fr.
21.00 Niezwykłe podróże koleją 12 (3) – serial dok.
22.05 Życie i śmierć z kosmosu – film dok., Fr.
23.10 Żywność. Energia. Woda

12.00 Królestwo drapieżników (1) – dok.
13.00 Najdziwniejsze cuda ewolucji (2) – serial dok.
14.00 Sekretne życie pingwinów (2) – dok.
15.00 Najgroźniejsze zwierze świata (2) – serial dokum.
16.00 Olsniwiająca Ameryka: Tajemnica Kaskadia (5)
17.00 Dorastanie w świecie zwierząt – serial dok., USA
18.00 Dzikie miejsca Europy
19.00 Walki zwierząt (6) – dok.
20.00 Niszczycielskie żywioły
21.00 Niezwykły dot Pol
2.00 Chiny: ukryte królestwa (2)

12.30 Braterstwo lwów (1)
13.35 Tygrysy: dziedzictwo (1)
14.50 Afrykańskie drapieżniki: wielka czwórka (1) – dok.
15.50 Wielkie koty: naukowe spojrzenie – film dokum.
17.00 Rzeźnicze potwory 8 (2)
18.05 Australijskie poławiacze homarów 5 (2) – dok.
19.00 Dzika Sri Lanka: kraina lampartów – film dokum.
20.00 Lwie zasady (1) – przyrod.
21.05 Tygrysy: dziedzictwo (2)
22.15 Rodzina gepardów (1)
23.25 W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za ciemieniem (1) – serial dokum.
0.35 Rzeźnicze potwory 8 (2)

12.10 Planeta Ziemia 2 (6)
13.25 Wędrowniki z dinozaurami (2) – dok.
14.30 W okowach mrozu 12
15.30 Życie na pustkowiu 11
16.25 Imperium brytyjskie (2)
17.35 Skarby przeszłości i ich tajemnice (3) – serial dok.
18.35 Planeta Ziemia 3 (5)
19.45 Wyspy. Laboratoria natury (5) – dok., Wlk. Bryt.
20.55 Życie na pustkowiu 11
21.55 W okowach mrozu: Odwilż (1) – serial dok.
22.55 Chirurgi: kwestia życia i śmierci 2 (3) – dok.
23.55 Michael Mosley: sekrety naszych zakupów (1)

13.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok.
14.00 Resocjalizacja z pitbullem – serial dok.
15.00 Kot z piekła rodem 7
16.00 Kot z piekła rodem 8
17.00 Pokochaj koty – przyrod.
18.00 Weterynarz z Góry Skalistych – serial dok.
19.00 Mieszkanie na pniu
20.00 Alaska: Ostatni przystanek – serial dok.
21.00 Klan z Alaski – serial dok.
22.00 Projekt akwarium (19)
23.00 Resocjalizacja z pitbullem – serial dok.
0.00 Michael Phelps kontra rekiny – film dokum.

14.50 Nagła cisza – dok., Niem.
15.50 Tajemnice piorunów
16.55 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (2) – serial dok.
17.55 Król Karol III. Nowa Monarchia – film dokum.
19.10 Jesteś tu? – film dokum.
20.10 Wędrowni szlakami granicznymi (2)
21.05 Taniec z rosyjskim niedźwiedziem (3) – dok.
22.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
22.20 Katastrofa Air India. Jak do tego doszło? – dok.
23.20 Tajemnice miejsc zbrodni (2) – serial dok., Fr.

15.10 Śmierć studentów – tajemnica Przelęczy Działowa – film dokum., Fr.
16.35 Sekrety Biblii (5) – dok.
17.30 David Attenborough i osobliwości świata przyrody (1, 2) – serial dok.
18.35 Zamki krzyżowców: budowie nie do zdobycia – film dokum.
19.45 Niezwykłe konstrukcje niedźwiedzi (3) – dok.
20.55 Człowiek: Ewolucja maszyny wojennej (9)
22.00 Poza kontrolą: World Trade Center – film dok.
23.05 Pociągi, które zmieniły świat (1) – dok., Wlk. Bryt.
0.05 Łowcy nazistów (5)

13.05 Złoto Jukonu (2) – dok.
14.00 Australijski poszukiwacze złota 9
15.55 Z samolotu do sieci (2)
17.00 Katastrofy w przestworzach (2)
18.10 Złoto Jukonu 2 – dok.
19.05 Australijski poszukiwacze złota 10
21.00 Wojna o złoto (6) – dok.
22.00 Internetowy seksbizz
23.00 Nago, samotnie i do domu daleko (5)
0.00 Australijski poszukiwacze złota 10
1.00 Nago, samotnie i do domu daleko (2)
1.50 Z samolotu do sieci (2)

13.40 Nazisci: korzenie zła
15.45 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (4) – serial dokum.
16.50 Życie prywatne przycwódców Rzeszy (1)
17.45 II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie (6) – serial dok.
18.55 Punkty zwrotne II wojny światowej (4)
20.00 Nazisci: korzenie zła (2)
21.00 II wojna światowa: Bombowce (2) – dok.
22.05 Linia frontu (4) – dok.
23.10 Tajne bazy nazistów 4
0.15 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (2)

14.10 Prawda leży pod ziemią 2 (2) – serial dok.
15.05 Zbrodnia po angielsku
16.00 Szokujące morderstwa: Kalifornia 3 (9) – dok.
17.00 Mistrzowie zbrodni 2 (8)
18.00 Prawda leży pod ziemią 2 (7) – serial dok.
19.00 Łowca morderców (2)
20.00 Tajemnica mojej śmierci (5) – serial dokumentalny
21.00 Zbrodnia na żywo (3)
22.00 48 godzin 26 (15) – dok.
23.00 Uciec bestii (10) – dok.
23.55 Szokujące morderstwa: Kalifornia 3 (3) – dok.
0.50 Gypsy Rose Blanchard: życie od nowa 2 (7)

10.10 Smakuj świat z Pascalem (1-4)
12.15 Bajeczne smaki Indonezji – dok., Indonezja
13.20 Chiny według Jarka Nowaka – film dok., Pol.
14.20 Człowiek kontra jedzenie (15) – mag. kulin.
14.55 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta (1-4)
17.00 Słuby świata (1, 2) – rozr.
19.00 Aloha, nowy dom! (1, 2)
21.00 Nagi instykt przetrwania (9, 10) – dok.
23.10 Kobieta na krańcu świata (2-4) – serial dok.
0.55 Bajeczne smaki Indonezji – dok., Indonezja

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TWN STYLE HD
13.05 Ranczo 2 (17) – obycz. 14.00 Kod 14.30 Modna na język polski (52) – magazyn 15.00 Serwis Info 15.10 Fajna Polska – mag. 16.00 Zaraz wracam 2 (79) – serial obycz., Polska 16.30 Barwy szczęścia (3302) – serial obycz. 17.00 Telexpress 17.20 Gra słów. 17.50 Krzyżówka (1131) 17.50 Telexpress Extra 18.15 Oko na Wschód 18.45 Panorama 19.20 Polacy światu 19.30 Program informacyjny 19.30 19.55 Pytanie dnia – publ. 20.10 Sport, pogoda	10.00 Program rozrywkowy 10.05 Makłowicz w podróży – mag. 10.45 Postaw na milion 12.35 Familiada – telet. 13.15 Noce i dnie (4) 14.15 Rodzinka.pl (144, 145) – kom., Pol. 15.15 Program rozrywkowy 15.30 Sanatorium miłości 8 (6) 16.35 Do śmiechu! (72) 17.25 Va banque (1035) 18.00 Koło fortuny (1980) 18.40 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin. 19.45 Makłowicz w podróży – mag. 20.25 Postaw na milion 22.10 Rodzinka.pl (29)	6.00 Oszukane (12, 13) – serial paradokom. 8.00 Komisarz Mama (9) – serial krym., Polska 9.00 Drugie życie sukni ślubnej (13) – program rozrywkowy 9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (25, 26) – reality show 12.30 Bogaty dom – biedny dom (124, 125) – reality show, Polska 14.30 Kocajca w ciemno (25, 26) – pr. rozrywk. 16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (2) – reality show 18.00 Nasz nowy dom (280, 281) – reality show, Polska	6.00 Strażnik Teksasu (17, 18) – serial sens. 7.55 Bogaty dom – biedny dom (104) – reality show 8.55 Policjantki i Policjanci (416, 417) – serial obycz., Polska 10.55 Na ratunek 112 (1158, 457) – paradok. 11.55 Dlaczego ja? (1563, 1564) – paradok. 13.55 Trudne sprawy (1070-1072) – paradok. 16.55 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (519) – reality show 18.00 Policjantki i Policjanci (1416, 1417) – obycz. 20.00 Uroczysko (246) – serial krym., Polska	6.00 Strażnik Teksasu (17, 18) – serial sens. 7.55 Bogaty dom – biedny dom (104) – reality show 8.55 Policjantki i Policjanci (416, 417) – serial obycz., Polska 10.55 Na ratunek 112 (1158, 457) – paradok. 11.55 Dlaczego ja? (1563, 1564) – paradok. 13.55 Trudne sprawy (1070-1072) – paradok. 16.55 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (519) – reality show 18.00 Policjantki i Policjanci (1416, 1417) – obycz. 20.00 Uroczysko (246) – serial krym., Polska	7.20 Ukryta prawda (1174) – paradok., Pol. 8.20 Kartoteka 8 (13, 14) 10.30 Detektywi (221, 311) 12.30 Zakup w ciemno 2 (38) – reality show 13.30 Zakup w ciemno 7 (36) – reality show 14.30 Kartoteka 3 (7, 8) 16.45 Express – pr. inform. 16.58 Pogoda, sport 17.05 Idź na całość 2 (20) 18.05 Zakup w ciemno extra (40) 18.45 Damy i wieśniaczki. PL 8 (3) – fab.-dok. 19.45 Express – pr. inform. 20.05 Zakup w ciemno 7 (38) – reality show 21.05 Zakup w ciemno extra (38) 21.45 Express – pr. inform.	5.30 Czas na zmianę (2) – reality show 6.00 Damy i wieśniaczki. Litwa (17, 18) – rozr. 7.45 Zgłoś remont (6) – program rozrywkowy 8.45 Pojedynek na podróże (2) – rozr. 9.50 I nie opuścisz Cię aż do ślubu (8, 9) – reality show 11.25 Ugotowani (9, 10) – pr. kulin.-rozrywk. 13.30 Kuchenne rewolucje (4, 3) – program rozrywkowy 15.35 Jestem z Polski (11, 10) – serial dok. 17.45 Kuchenne rewolucje (4-6) – rozr. 20.50 Ostre cięcie 12 (7) – program rozrywkowy

OBYCZAJOWY



20.25 Strażacy 2 (17) – Polska 2016

Na obwódnicę dochodzi do karambolu. Olek, Rafał, Adam, Staszek i Boguś ruszają na miejsce. Wkrótce docierają tam też Wiktor. Zauważa zniszczony jednoślada syna.

- 21.20 Ojciec Mateusz 2 (17) – krym., Pol. 2009
- 22.15 Lubię wracam tam, gdzie byłem
- 23.15 Panorama
- 23.45 Taka to robota, czyli kabaretowy przegląd zawodów (16) – pr. rozrywk.
- 0.40 Zaraz wracam 2 (79)

TELETURNIJ MUZYCZNY



22.50 Tak to leciało! (79)

Zadaniem uczestników jest uzupełnianie luk w tekście polskich przebojów. Stawką w grze jest 100 tysięcy złotych. Program prowadzi aktor Kacper Kuszewski.

- 23.45 Kabaretomania (22) – pr. rozrywk.
- 0.40 Koło fortuny (1980, 1974) – telet.
- 1.45 Kabaret. Super Show Dwójki 3 (32)
- 2.40 Do śmiechu! (77)
- 3.30 Program rozrywkowy
- 4.35 Punk rock na dobry wieczór – widowisko

DOKUMENTALNY



20.00 Najpiękniejsze domy na wsi (5)

Dwie siostry prezentują leśniczkę po remoncie. Odcinek kończy się w Szkotowie na Mazurach, gdzie mieszka zafascynowana tym regionem Agnieszka.

- 21.00 Rolniczki (5) – dok.
- 22.00 Bogaty dom – biedny dom (129)
- 23.00 Gry małżeńskie (125) – reality show
- 0.00 Love Island. Wyspa miłości (320, 321)
- 2.00 Gry małżeńskie (126, 127)
- 4.00 Zdrady (28, 29)

KRYMINALNY



20.30 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1025)

Ciało dwunastoletniej Amelki Skiby znaleziono w rzece. Sekcja wykazała uduszenie. Podejrzenia padają na siedemnastoletniego Brajana.

- 21.30 Sprawiedliwi. Trójmiasto (142)
- 22.40 Krwawa rozrywka (FILM – film sensacyjny, Chiny/Hongkong 2017, 135 min)
- 0.55 Love Island. Wyspa miłości (34)
- 2.00 Hardkorowy lombard (151, 152)

ROZRYWKOWY



22.00 Kanapowczyźnie 3

Nadchodzi decydujący moment programu. Uczestniczki ciężko pracowały nad osiągnięciem wymarzonej sylwetki i polepszeniem kondycji. Niedługo widzowie poznają rezultaty ich zmagania.

- 23.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (9) – fab.-dok.
- 0.00 Fachowcy 2 (1) – serial paradokom.
- 0.45 Żony Podlasia 4 (5)
- 1.45 Niebezpieczne dzielnice (8) – dok.
- 2.25 Nauka jazdy 4 (10)
- 3.00 Szpital (915)
- 4.00 Szkoła (792)

DOKUMENTALNY



21.50 Jestem z Polski (17, 18-ost.)

Mieszkanca Örnsköldsvik w Szwecji, Alicja, pokazuje atrakcje tej miejscowości. Zachęca do spróbowania lokalnego specjału, naleśników z boczkiem i marmoladą.

- 23.45 Hotel Paradise 12 (38) – reality show
- 0.45 40 kontra 20 2 (11, 12) – reality show
- 2.40 Apetyt na miłość (5) – program rozrywkowy
- 3.45 Dieta czy cud? (5)
- 4.25 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (2) – mag. poradnikowy

TVP HD

- 8.55 Ojciec Mateusz 11 (136, 137) – krym., Pol. 2014
- 10.45 Gra słów. Krzyżówka
- 11.20 Na sygnale (531, 532)
- 12.25 Ojciec Mateusz 31 (407)
- 13.20 Komisarz Alex 7 (87)
- 14.15 Ranczo 5 (59, 60) – obycz.
- 16.10 Górna półka smaku (8)
- 16.40 Przystanek słow food 2
- 17.10 Okrasa lamie przepisy
- 17.45 Makłowicz w podróży
- 18.20 Ojciec Mateusz 20 (255)
- 19.20 Ranczo 7 (90) – obycz., Pol.
- 20.10 Rodzinka.pl (213, 214)
- 21.25 Ojciec Mateusz 32 (410)
- 22.20 Morderstwa w Cantal (FILM – krym., Fr. 2023, 110 min)
- 0.10 Peaky Blinders 6 (33)

TVS

- 12.25 Muzyczne dzień dobry
- 13.30 Emeryci na tropie
- 14.40 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.
- 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 Kino TVS: Film fabularny – 225 min
- 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział
- 0.30 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.

ZOOM TV

- 8.00 Strażnik Teksasu 6 (22, 23) – serial sensacyjny
- 9.50 MacGyver 2, 3 – sens.
- 12.00 Pułapki umysłu – dok.
- 13.10 Dynamo: Więcej niż magia (2) – dok., Wlk. Bryt.
- 14.20 Sensacje XX wieku (5)
- 16.45 Wojciech Cejrowski – bosso przez świat
- 19.00 Strażnik Teksasu 6 (24, 25) – serial sensacyjny
- 21.00 Hity polskiego kabaretu 7 (2) – pr. rozr.
- 22.00 Kabaretowe przeboje 3
- 23.00 Magia nagości. Polska 3
- 0.05 Magia nagości (7) – rozr.
- 1.15 StripTiz – tak to się robi w Vegas (6) – reality show

TLC

- 13.00 Chiropraktyka – chrupnięcia kontrolowane
- 14.00 Dr Mercy – reality show
- 15.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 (7) – reality show
- 16.00 Historie wielkiej wagi – dalsze losy – serial dok.
- 18.00 Kilogramy zbędnej skóry 3 – serial dok., USA
- 19.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 5
- 20.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 – serial dok.
- 21.00 Rodzina 10+ 8 – pr. rozr.
- 22.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7 – serial dok., USA
- 23.00 Twarz od nowa – dok.

C+ KUCHNIA HD

- 13.25 M jak mięso (3, 4) – dok.
- 14.25 ABC gotowania – kuchnia meksykańska
- 14.50 Kucharskiego pomysłu na kuchnię (1, 2) – mag.
- 15.45 Tajemnice indyjskich smaków (9, 10) – dok.
- 16.40 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (3) – dok.
- 17.35 Jamie: dania na każdą kieszeń (6) – mag. kulin.
- 18.30 Nie bój ryby! (2, 3) – mag.
- 18.55 Zgrillowani 3 (7) – mag.
- 19.25 M jak mięso (8, 9) – dok.
- 20.00 Poza utartym szlakiem: Colin i Manu (5) – dok.
- 21.15 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 Z drugiej reki (14) – mag.
- 19.00 Duda kontra Szafranski
- 19.45 Moto Factory (10) – mag.
- 20.30 Moto Kombat (10) – mag.
- 21.15 Jeździć, obserwować
- 22.00 Raport Turbo – mag. inf.
- 22.15 Naprawy nie do naprawy (5) – mag.
- 23.00 Zawodowi handlarze
- 23.45 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (7) – rozr.
- 0.25 Usterka 16 (20) – fab.-dok.
- 0.55 Wojny samochodowe
- 1.55 Wypad z kraju (8) – rozr.

NOWA TV

- 9.30 Calkiem nowe lata miodowe (5) – kom., Pol.
- 10.00 Miodowe lata (25) – kom.
- 10.30 Więzienie (41-43) – dok.
- 12.00 Poirot (2, 3) – serial krym.
- 14.00 Świat według Kiepskich (566, 567) – serial kom., Pol.
- 15.00 Świat według Bundych (235-240) – serial kom., USA
- 18.00 Calkiem nowe lata miodowe (2) – kom., Pol.
- 18.30 Miodowe lata (126, 1-3)
- 21.00 Zdrady (85) – paradok., Pol.
- 22.00 Sład (80, 81, 87) – krym.
- 1.00 łowca pedofiliów
- 3.50 TV okazje (85, 86)
- 3.00 Wehikuł czasu (505, 504)
- 4.00 Sala operacyjna 4 (3, 6)

METRO

- 8.35 Szpital (693, 694)
- 10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (1, 2)
- 12.35 Szkoła (678) – paradok.
- 13.35 Przepis na życie 4 (2)
- 14.35 Zapukaj do moich drzwi (130) – telen., Turcja 2020
- 15.40 The Floor (13, 14) – telet.
- 17.00 Cieżarówka przez Afrykę (4) – serial dokum.
- 18.00 Prawo Agaty 3 (10)
- 19.00 Kartoteka 9 (12, 13)
- 21.05 Kryminalni (6, 7) – krym.
- 23.20 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (3) – krym.
- 0.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8 (4) – dok.
- 1.20 Szpital (690) – paradok.

ANTENA HD

- 12.40 Winnice miłości (44)
- 13.55 77 TV 4 (13) – pr. rozrywk.
- 14.50 Niezwykły dr Pol (24, 25)
- 16.50 77 TV 5 (11) – pr. rozrywk.
- 17.50 Wojciech Cejrowski – bosso przez świat
- 18.50 Morderstwa w Paryżu 9 (7) – serial kryminalny, Fr.
- 19.58 Czas na pogodę – pr. inf.
- 20.00 Morderstwa w Paryżu 9 (8) – serial kryminalny, Fr.
- 21.15 Detektywi z Bordeaux 5 (14) – serial krym., Fr./Bel.
- 22.35 Porwana: W poszukiwaniu Sophie Parker – dramat obycz., USA 2013, 100 min
- 0.15 77 TV 5 (6, 7, 9, 10) – rozr.

WP

- 10.00 Hitler: mordercza obsesja (1) – film dokum.
- 11.00 Porzucono budowlę 7 (2)
- 12.00 Wariaci za kierownicą 4
- 13.00 Makłowicz w podróży
- 14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (15-17) – dok.
- 16.58 Pogoda (2)
- 17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 2 (2)
- 19.00 Policjanci z sąsiedztwa 4 (5, 6)
- 21.00 Policjanci w akcji (9)
- 21.59 Pogoda (2)
- 22.00 Mistrzowie Kabaretu 3
- 23.00 Mistrzowie Kabaretu 10
- 1.00 1, 2, 3... Kabaret! (7)

C+ DOMO HD

- 11.55 Mały metraż – w wielkim stylu 2 (5, 6)
- 12.50 Gardeners' World 14
- 14.00 Cudotwórcy 7 (10) – mag.
- 15.00 Wakacyjne domy na wynajem (17) – dok.
- 15.55 Przeklepiemy Ci ogródek 7 (1) – serial dok.
- 16.50 Gardeners' World 14 (25)
- 18.00 Ucieczka na wieś 25 (16)
- 19.00 Wielkie projekty: nasza ulica 3 (2) – dok., Wlk. Bryt.
- 20.00 Daleko od miasta 13
- 21.00 Cudotwórcy 7 (11) – mag.
- 21.55 Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 9 (3)
- 22.50 Wiejskie domy do liftingu 3 (4) – dok.

HGTV

- 11.00 Zarobic na remoncie 6
- 13.00 Zbudujemy fajny dom 2
- 13.55 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (4, 2) – pr. rozr.
- 15.00 Mieszkanie na miarę 4
- 17.00 Polowanie na ogród 2 (7, 8) – program rozrywk.
- 18.10 Zróbmy sobie dom (9)
- 19.05 Prawdziwi ludzie, prawdziwe remonty
- 20.05 Dorota inspiruje 2 (5)
- 21.00 Dorota was urządzi!
- 22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (5-8) – pr. rozr.
- 0.40 Kupujemy dom na plaży 26 (9, 10) – dok.

POLSAT 2 HD

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (245) – reality show
7.30 Na ratunek 112 (833, 834) – serial paradokum., Pol. 2023
8.30 Sekrety rodziny (243-245) – serial paradokum., Pol. 2022
11.30 Trudne sprawy (1193) – paradok., Pol.
12.30 Dlaczego ja? (1436, 1437) – serial paradokum.
14.30 Świat według Kiepskich (292-296) – serial kom., Pol. 2008
17.00 48h. Zaginieni (263, 264) – serial kryminalny, Pol. 2024
19.00 Gliniarze (1122) – serial paradokum.

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 Wydarzenia
6.45 SuperLudzie Extra (60) – magazyn
7.00 Na ratunek 112 (619, 620) – paradok.
8.00 Doktor Martin (43, 44) – serial obycz.
10.00 Wydarzenia
10.30 SuperLudzie 2 (21, 22) – serial dok.
11.30 Świat według Kiepskich (385-388)
13.30 Bitwa o palety (6)
14.30 Hell's Kitchen – Piekienna Kuchnia 4 (33)
16.00 Ninja Warrior Polska (17)
18.00 Świat według Kiepskich (471, 472, 555, 556)
20.00 Złomiarze (18) – dok.

TV 6 DVB T1

6.00 Więzienie (182, 183) – serial dokumentalny, Polska 2025
6.55 Policjanci i Policjanci (615, 616) – serial obyczajowy, Polska 2019
8.55 Kobra – oddział specjalny (159, 160) – serial sensacyjny, Niemcy 2006
10.55 48h. Zaginieni (207-209) – serial kryminalny, Pol. 2023
13.55 Policjanci i Policjanci (1152) – serial obyczajowy, Polska 2024
14.55 Kobra – oddział specjalny (161, 162) – serial sensacyjny, Niemcy 2006

BBC FIRST HD

6.00 Zagadki doktora Blake'a 2 (9) – krym.
6.55 My Life is Murder 2 (2, 3) – serial krym.
8.40 Lewis 7 (5) – krym.
9.40 Ojciec Brown 9 (7) – krym., Wlk. Bryt. 2021
10.40 Śmierć pod palmami 8 (3) – krym.
11.45 Zagadki doktora Blake'a 2 (9) – krym.
12.55 London Kills (3, 4)
14.50 Ojciec Brown 3 (11)
15.50 Lewis 7 (5) – krym.
16.55 My Life is Murder 2 (3) – serial kryminalny
17.50 Morderstwa w Midsomer 10 (7, 8) – krym., Wlk. Bryt. 2007
19.50 Śmierć pod palmami 8 (4) – krym.
21.00 Ludwig (2) – krym.

STACJE DZIECIĘCE

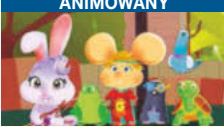
TVP ABC DVB T2

10.20 Bolek i Lolek na Dzikim Zachodzie (3, 4)
10.45 Pamiętnik Florki (1, 2) – anim., Pol. 2014
11.05 Małe i duże przygody Miffy 2 (66) – serial anim.
11.20 Świnka Peppa 8
11.35 Stacykowo (3, 4)
11.55 Strażak Sam (7, 8)
12.25 Domisie – dla dzieci
12.50 Halo, halo! (20)
13.00 Zagadki zwierzogromadki (6) – mag. dla dzieci
13.20 Pszczółka Maja
13.50 Lupin wśród bajek
14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham (25, 26)
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



KRYMINALNY

20.00 Ślad (25) – Polska 2018-2019
W eksplozji samochodu ginie kobieta. Jej syn doznaje lekkich obrażeń. Sześć lat wcześniej został skazany za zgwałcenie dwóch dziewcząt.
21.00 Gliniarze (1054) – serial paradokum.
22.05 Łowca pedofiliów (175, 176) – dok., Pol.
23.00 Świat według Kiepskich (284, 285)
0.00 Ślad (108) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (36)
2.05 Wydarzenia
2.45 Ewa gotuje (475, 476)
4.00 SuperLudzie (8)

KOMEDIA ROMANT.

21.00 Jeszcze dłuższe zarczynię – USA 2012, 150 min
Violet i Tom rozpoczynają przygotowania do ślubu. Muszą jednak najpierw zmierzyć się z oczekiwaniami pomysłów rodziny oraz niespodziankami przewrotnego losu.
23.30 Bez urazy – komedia, USA 2023, reż. Gene Stupnitsky, 135 min
1.45 Świat według Kiepskich (115, 356-358) – kom.
3.50 Nasz nowy dom (245, 246) – reality show, Polska 2021

SENSACYJNY

17.00 Magnum: Detektywy z Hawajów 5 (96)
Thomas Magnum i Juliet Higgins coraz bardziej zbliżają się do siebie. Ich dawny podejrzany zostaje nowym klientem. Tymczasem Rick ma nową partnerkę.
18.00 Strażnik Teksasu (19, 20) – serial sens.
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (134-136)
22.55 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (653, 654) – krym., Pol.
1.00 Kości (51, 52) – krym.

KRYMINALNY

22.10 Na niebieskich świątach (3, 4)
Grace jest gotowa za wszelką cenę doprowadzić gang McIntyre'ów przed oblicze sprawiedliwości.
0.25 My Life is Murder 3 (5) – serial kryminalny
1.20 Śmierć pod palmami 8 (4) – krym.
2.30 Morderstwa w Midsomer 10 (7, 8) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2007
4.25 Wyjści spod prawy 2 (6)
5.25 Maja rodzinka 3 (1) – kom., Wlk. Bryt.

ANIMOWANY

14.40 Topo Gigio – Włochy 2020
Zoe, Gigio oraz Bob organizują ciekawą zabawę według przepisu. Nie wszystko idzie jednak zgodnie z planem.
15.10 Rozmowy na dwie głowy (5) – widowisko
15.15 Ai-chemik (2) – mag.
15.35 Księga Książ 5 (66)
16.05 Kosmo-kumple
16.35 Ricky Zoom (79, 80)
17.05 Super Wings: Strażnicy Świata (11, 12) – serial anim.
17.30 Piotruś Królik
18.00 Nowe przygody Piotrusia Pana

PUBLICYSTYCZNY

20.00 Kropka nad i Monika Olejnik prowadzi rozmowy z polskimi parlamentarzystami. Nie boi się zadawać im trudnych i niewygodnych pytań.
20.30 Czarno na białym
21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkoło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach
1.20 Kropka nad i – publ.
1.50 Tak jest – pr. publ.
2.50 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
3.10 Akademia ogrodnika – mag.

POLSAT PLAY HD

6.00 Niezwykłe pociągi (17)
7.00 Truckers przez Australię (3) – serial dok.
8.00 Dorwać tyczniaka (15)
9.05 Wojny magazynowe
10.05 Wojny kontenerowe
11.00 Hardkorowy lombard
14.00 Polacy za granicą (57, 58)
16.00 Złomiarze (37, 38) – dok.
18.05 Poszukiwacze historii
20.00 II wojna światowa – jednostki specjalne (5)
21.10 Tajna historia XX wieku (33, 33) – serial dokum., Pol.
22.00 Poszukiwacze historii
22.30 Kolowrotek (235) – mag.
23.05 Wakacje z Bałtykiem
4.00 Starożytni kosmici (7, 8)

FOOD NETWORK HD

8.10 Wiem, co jem (10, 11)
9.20 Co nas truje (1-3) – rozr.
11.35 Człowiek kontra jedzenie (2-4) – mag. kulin.
13.05 Posiekani na słodko (2)
14.05 Dziwaczne potrawy (4)
15.00 Wiosenny turniej wypieków (6)
16.05 Kuchenne rewolucje (3)
17.05 Magda gotuje internet
17.40 Apetyt na miłość (2)
18.45 MasterChef Nastolatki
20.00 Pojedynek na grille (4)
21.05 24/24 (2) – maraton kulin.
22.10 Dziwaczne potrawy (2)
23.10 Akcja: Restauracja! (10)
0.10 Człowiek kontra jedzenie (4-6) – mag. kulin.

POLSAT RODZINA HD

9.00 Sąsiedzi (67) – serial anim.
9.10 Gwiazdy lombardu
11.05 Bogaty dom – biedny dom (113, 114)
13.00 Rodzina zastępcza (300, 301) – kom., Pol. 2008
14.55 Niezwykłe pociągi (3, 4)
17.05 Pingwiny z Madagaskaru (37-39)
18.35 Pingwiny z Madagaskaru 3 (1)
19.00 Rodzina zastępcza (260)
20.00 Miodowe lata (11, 12, 51)
22.00 Nasz nowy dom
0.50 Ostatni rok Hitlera – dok.
1.05 Broń, która wygrała II wojnę światową – dok.
2.00 Ewa gotuje (456, 457)

BBC LIFESTYLE HD

10.50 Wielkie nowozelandzkie wypieki 2 (5, 6) – pr. rozr.
13.30 Domy gwiazd z Abbey Clancy (4) – pr. rozrywk.
14.30 Wielkie amerykańskie wypieki 5 (5) – pr. rozrywk.
15.30 Zapraszam do stołu 22
17.35 Domy gwiazd z Abbey Clancy (5) – pr. rozrywk.
18.35 Mistrzowie szybia 8 (10)
19.45 Wielkie nowozelandzkie wypieki 2 (7) – pr. rozrywk.
21.00 Irlandia: wspańiała podróż (3) – dok., Wlk. Bryt.
22.00 Cała prawda o treningach w domu (1)
23.05 Wstydlive choroby 6 (7)
0.10 Ratunek dla skóry 4 (10)

NICK JR. HD

16.10 Błaze i Megamaszyn 7
16.40 Psi Patrol 2 (5) – anim.
17.00 Rubble i jego ekipa 4 (4)
17.10 Rubble i jego ekipa (5)
17.30 Pan Krokodyl (5) – anim.
18.00 Barabapa i jego rodzinka (13) – serial anim.
18.25 Tim Rex wśród gwiazd
18.55 Dora 3 (13) – serial anim.
19.25 Przygody Misia Paddingtona 2 (3) – anim.
19.50 Przygody Misia Paddingtona (1) – anim.
20.01 Świnka Peppa 7 (24-28)
20.30 Barabapa i jego rodzinka 2 (5) – anim., Fr.
21.00 Barabapa i jego rodzinka (10-12) – 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 Debatą 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 KOBIEȦ DVB T2

13.00 Na dobre i na złe (550)
13.55 Tajemnice Góry Olimp
15.00 Rosół polski (32) – mag.
15.30 Ojciec Mateusz 25 (325, 326) – krym., Pol. 2021
17.30 Dzika Australia Zachodnia z Billem Baileyem (3) – serial dok.
18.30 Szansa na sukces. Opole 2026 (1)
19.30 Miłość i nadzieja (234)
20.30 Wichrowe wzgórza (215)
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (223) – obycz.
22.30 Sześć roku – komedia,
FILM Hiszpania 2021, 120 min
0.30 Tańcząca ze światłem – Tunezja (5) – magazyn

E! ENTERTAINMENT HD

8.00 Plastikczna fuszarka (15, 16) – serial dok., USA
9.50 Z kamera u Kardashianoów (11, 12)
11.40 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
13.30 Plastikczna fuszarka
15.20 Z kamera u Kardashianoów (13, 14)
17.10 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.
19.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
19.30 Plastikczna fuszarka (10)
21.30 Z kamera u Kardashianoów 15 (4, 5)
23.30 Tyler Henry – medium z Hollywood (1, 2) – rozr.

TV TRWAM DVB T1

17.55 Poczet wielkich Polaków – pr. hist.
18.00 Regina Coeli
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokonzonowane – 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 Przebudzenie giganta – św. Weronika Giuliani – film dokumentalny, Wł.
0.00 Słowo życia

BBC BRIT HD

12.30 Top Gear 2 (9) – mag.
13.35 Warsztat Hammonda 5
14.35 Cuda inżynierii 3 (3)
15.40 Najcięższe ognio 3 (14)
16.45 Niezwykłe hotele bez tajemnic 6 (1) – serial dok.
17.50 Top Gear 3 (1) – mag.
18.55 Cuda inżynierii 3 (3)
20.00 Niezwykłe hotele bez tajemnic 6 (2) – serial dok.
21.00 Inżynierijne katastrofy 2 (4) – dok.
22.00 Ikony motoryzacji (8)
23.00 Top Gear 3 (1) – mag.
0.05 Najcięższe ognio 3 (14)
0.55 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 3 (11)

MINI MINI+ HD

15.10 Baranek Shaun (14-16)
15.36 Jeżyk Happy (25, 26)
15.55 Mia i Kodus (17) – anim.
16.05 Mewa Ekspres (5, 6)
16.30 Ciekawski George 7 (3)
17.00 Strażak Sam 14 (15, 16)
17.25 Staś i fajna Babcia
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.56 Smurfy (29) – serial anim.
18.25 Leśna rodzina: Pamiętnik Frel (5, 6)
18.50 Babcine oczka (7, 8)
19.05 Kicia Kocia (5, 6) – anim.
19.25 Kicia Kocia 2 (3) – anim.
19.36 Jeżyk Happy (25, 26)
19.52 Basia (3) – anim., Pol. 2016
20.05 Wierszyki domowe (7-9)
20.35 Dolina Muminków 4 (3)

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 (144) – serial obycz., Turcja 2022

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

11.10 **Hania**
OBYCZAJOWY Selim i Henryk wyjeżdżają na studia. Gdy wracają na wakacje, zakochują się w Hani. Zaczynają rywalizować o dziewczynę. Reż.: Krzysztof Wierzbicki, Stanisław Wohl, A.: Jan Englert, Maciej Orłoś
 Polska 1984 **105 min ▶ do godz. 12.55**

11.15 **Motyl i skafander**
BIOGRAFICZNY 43-letni redaktor naczelny zostaje sparaliżowany wskutek wylewu krwi do mózgu. Jest więźniem własnego ciała. Reż.: Julian Schnabel, A.: Mathieu Amalric, Emmanuelle Seigner
 Francja/USA 2007 **110 min ▶ do godz. 13.05**

17.30 **Chłopięcy świat**
OBYCZAJOWY Caroline bierze ślub. Mąż okazuje się alkoholiczkiem. Upokarzany przez niego przybrany syn chce uciec z domu. Reż.: Michael Caton-Jones, A.: Robert De Niro, Leonardo DiCaprio, Ellen Barkin
 USA 1993 **150 min ▶ do godz. 20.00**

17.55 **Robin Hood: Początek**
PRZYGODOWY
 Po powrocie z wyprawy krzyżowej szlachetny łucznik staje do walki z chciwym szeryfem. Reż.: Otto Bathurst, A.: Taron Egerton, Jamie Foxx, Ben Mendelsohn
 USA/Fr. 2018 **125 min ▶ do godz. 20.00**

18.05 **Willy Wonka i fabryka czekolady**
FAMILIJNY Ubogi chłopiec zdobywa zaproszenie do wytwórni słodkości. Wycieczka jest fascynującą przygodą. Reż.: Mel Stuart, A.: Gene Wilder, Jack Albertson, Peter Ostrum
 USA 1971 **125 min ▶ do godz. 20.10**

18.50 **Turysta**
SENSACYJNY Frank podczas podróży do Wenecji poznaje Elise. Kobieta wciąga go w zawiłą rozgrywkę między mafią a policją. Reż.: Florian Henckel von Donnersmarck, A.: Johnny Depp, Angelina Jolie, Paul Bettany
 USA/Francja 2010 **130 min ▶ do godz. 21.00**

21.00 **Złodziej życia**
THRILLER W Montrealu trwa pościg za seryjnym mordercą. Z pomocą przychodzi agentka FBI, która potrafi wczuć się w psychikę przestępcy. Reż.: D.J. Caruso, A.: Angelina Jolie, Ethan Hawke, Kiefer Sutherland
 USA/Kan. 2004 **130 min ▶ do godz. 23.10**

22.30 **Idź pod prąd**
BIOGRAFICZNY Lata 70. Niepokorny uczeń zawodówki i jego kumple są zafascynowani grupą Sex Pistols. Zakładają zespół KSU. Tropi ich UB. Reż.: Wiesław Paluch, A.: Ignacy Liss, Maciej Piotrowski
 Polska 2024 **110 min ▶ do godz. 0.20**



Brawurowy rabunek zapoczątkowuje serię wydarzeń, które sprowadzają na złodziei kłopoty.

22.50 **Logan Lucky**
KOMEDIA KRYMINALNA Bracia opracowują plan napadu, który ma im zapewnić dostatnie życie.

HIT DNIA Rozwiedziony mechanik Jimmy miał szansę na karierę sportową, teraz jednak zmagają się z bezrobociem. Jego oczkiem w głowie jest córeczka, która zamieszkała z matką i bogatym ojcem. Zatrudniony w barze brat Jimmy'ego, Clyde, stracił dłoń w Iraku. Rozczarowane codzien-

ością rodzeństwo planuje skok na kasę podczas wyścigów samochodowych w Karolinie Północnej. W ekipie śmiałków znajdują się ich siostra Mellie, a także specjalista od materiałów wybuchowych i były więzień Joe Bang oraz jego bliscy. Niedorzeczny plan rabusiów wydaje się skazany na porażkę, gdyż współnicy są



amatorami. Mimo tego akcja kończy się spektakularnym sukcesem. W ręce zadowolonej z siebie szajki wpada zawrotna suma. Szybko okazuje się, że napad stanowi tylko początek kłopotów. **HD 150 min ▶ do godz. 1.20**

USA/Chiny 2017 Reż.: Steven Soderbergh Wyst.: Adam Driver, Channing Tatum, Riley Keough, Daniel Craig



20.00 **Excentrycy, czyli po słonecznej stronie ulicy**
KOMEDIA MUZYCZNA Lata 50. XX wieku. Fabian (Maciej Stuhr) zakłada jazzband. Razem z Modestą (Natalia Rybicka) cieszy się życiem. Pewnego dnia kobieta znika. Reż.: Janusz Majewski Wyst.: Anna Dymna
 Polska 2015 **HD 125 min ▶ do godz. 22.05**



20.00 **Grizzly Sensacyjny** Bracia Bckett i Rowan (James Marsden) muszą stawić czoło niedźwiedziowi, który pustoszy ich rodzinne miasto. Postanawiają złapać go w lesie. Pomaga im m.in. głuchoniema Michelle (Piper Perabo). Reż.: David Hackl Wyst.: Thomas Jane
 USA/Kan. 2015 **HD 110 min ▶ do godz. 21.50**



20.00 **Co z oczu, to z serca**
KOMEDIA KRYMINALNA Jack Foley (George Clooney) ucieka z więzienia z kompanem (Ving Rhames). Przypadkowo wchodzi im w drogę agentka FBI Karen. Zostaje ich zakładniczką. Reż.: Steven Soderbergh Wyst.: Jennifer Lopez
 USA 1998 **HD 160 min ▶ do godz. 22.40**



21.50 **Instykt pierwotny**
THRILLER Profesjonalny łowca Frank (Nicolas Cage) przewozi statkiem dzikie zwierzęta. Znajdujący się na pokładzie zabójca Loffler wypuszcza je z klatek. Pasażerowie rozpoczynają rozpaczliwą walkę o przetrwanie. Reż.: Nick Powell Wyst.: Famke Janssen
 USA 2019 **HD 120 min ▶ do godz. 23.50**



22.40 **Witajcie w dżungli**
PRZYGODOWY Człowiek do zadań specjalnych, Beck (Dwayne „The Rock” Johnson), ma odnaleźć w brazylijskiej dżungli syna mafiosa (Seann William Scott). Chłopak szuka tam posażka, w czym pomaga mu Mariana. Reż.: Peter Berg Wyst.: Seann William Scott
 USA 2003 **HD 130 min ▶ do godz. 0.50**



22.55 **Showtime**
KOMEDIA SENSACYJNA Niedobrani policyjni partnerzy Mitch (Robert De Niro) i Trey (Eddie Murphy) stają się bohaterami telewizyjnego show. Kamery rejestrują ich poczynania w trakcie śledztwa przeciwko szefowi gangu. Reż.: Tom Dey Wyst.: Rene Russo, Zaid Farid
 USA 2002 **HD 120 min ▶ do godz. 0.55**

→ filmowe hity



Dwaj podstarzali pięściarze po latach chcą wyrównać rachunki.

21.00 **Legendy ringu**

TVN 7 **KOMEDIA** Rywale stają do decydującej walki, która rozstrzygnie, kto zasługuje na miano najlepszego.

HIT DNIA Pittsburgh. Emerytowani bokserzy Billy McDonnen i Henry Sharp nigdy ze sobą niekonkurowali. Konflikt miało zakończyć starcie w 1983 r., ale do niego nie doszło. Po latach obaj zyskują szansę, aby udowodnić, kto jest lepszym pięściarzem. Menedżer Dante Slate namawia ich do ponownego wystąpienia

na ringu. Sharp pod okiem trenera, Louisa Conlona, przygotowuje się do pojedynku z przeciwnikiem, pragnąc ostatecznie rozstrzygnąć spór. Ponadto w jego życiu pojawia się dawna ukochana, Sally. **REZ.** 145 min ▶ do godz. 23.25

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

20.00 **Kongo**

STOPLATKA **PRZYGODOWY** Do Afryki wyrusza ekspedycja pod kierunkiem dr Karen Ross (Laura Linney), mająca wyjaśnić zagadkę zaginięcia poszukiwaczy diamentów. Kobięcie towarzyszy m.in. naukowiec Peter (Dylan Walsh).

Reż.: Frank Marshall **Wyst.:** Tim Curry
USA 1995 **REZ.** 145 min ▶ do godz. 22.25

23.25 **Judas i Czarny Mesjasz**

TVN 7 **BIOGRAFICZNY** Lata 60. XX w. Recydywista William na zlecenie FBI przenika do partii Czarnych Panter w Illinois. Jego zadanie polega na zdobyciu zaufania Freda Hamptona (Daniel Kaluuya).

Reż.: Shaka King **Wyst.:** LaKeith Stanfield
USA 2021 **REZ.** 155 min ▶ do godz. 2.00

21.20 **Dorwać małego**

TVP 1 **KOMEDIA SENSACYJNA** Chili (John Travolta) jest egzekutorem długów. Ma ściągnąć należność od producenta filmowego. Jako miłośnik kina wchodzi z nim jednak w spółkę. Razem zaczynają pracę nad nowym filmem.

Reż.: Barry Sonnenfeld **Wyst.:** Danny DeVito
USA 1995 **REZ.** 115 min ▶ do godz. 23.15

23.50 **Zawsze zostaje ślad**

TVP 2 **OBYCZAJOWY** Charlotte (Felicita Woll) znajduje w internecie rozneglizowane zdjęcia nastoletniej córki, które opublikował tajemniczy szantażysta. Prowadząc własne śledztwo, poznaje inne jego ofiary.

Reż.: Jan Martin Scharf **Wyst.:** Martin Gruber
Niemcy 2017 **REZ.** 95 min ▶ do godz. 1.25

→ sport



11.00

Turniej ATP w Rzymie

POLSAT SPORT 1 **TENIS LIVE** Od końca kwietnia Hubert Hurkacz trenuje pod okiem Francuza Gilles'a Cervary, byłego szkoleniowca Daniła Miedwiediewa. Turniej w Wiecznym Mieście to dla Polaka prawdopodobnie przedostatni test przed French Open. **REZ.** 120 min ▶ do godz. 13.00



19.45

LUK Lublin – Warta Zawiercie

POLSAT SPORT 1 **SIATKÓWKA LIVE** Tak jak w ubiegłym roku o tytuł mistrza Polski walczą Koziołki i Jurajscy Rycerze. Dziś odbędzie się finałowy mecz numer cztery, chyba że rywalizacja zakończy się już po trzech spotkaniach. **REZ.** 195 min ▶ do godz. 23.00



20.50

Bayern – PSG

C+ EXTRA 1 **PIŁKA NOŻNA LIVE** Barwarczy zapewnili sobie tytuł mistrzów Niemiec na cztery kolejki przed końcem sezonu. Nie zamierzają jednak na tym poprzestać. Ich celem jest zagrać w finale Champions League kosztem obrońcy trofeum. **REZ.** 130 min ▶ do godz. 23.00



4.00

NBA KOSZYKÓWKA

TVP SPORT **LIVE** Trwa rywalizacja w drugiej rundzie play-offów. Czy wezmą w niej udział Detroit Pistons? Najlepsza drużyna Konferencji Wschodniej NBA fazę pucharową rozpoczęła od niespodziewanej porażki z Orlando Magic 101:112. **REZ.** 185 min ▶ do godz. 7.05

→ rozrywka



18.00

Ucieczka na wieś 25

C+ DOMO **LIFESTYLE** Jane mieszka i pracuje w południowo-wschodnim Londynie. Wkrótce przejdzie na emeryturę, więc to dobry moment na przeprowadzkę z dala od zgiełku miasta. Obejrzy trzy domy i zdecyduje, czy któryś pasuje do jej wizji. **REZ.** 60 min ▶ do godz. 19.00



20.30

Omnibus – szybcy i mądrzy

TVP 1 **TELETURNIEJ** Trzy osoby rywalizują w czterech rundach, które różnią się zadaniami i sprawdzanymi kompetencjami. Śmiałkowie, oprócz quizu wiedzy ogólnej, przetestują pamięć. Prowadzi Krzysztof Czacnot. **REZ.** 30 min ▶ do godz. 21.00



21.30

Królowa przetrwania 3

TVN **REALITY SHOW** Dwie rywalizujące ekipy dostają zaskakującą wiadomość od Małgorzaty Rozenek-Majdan. Medytacja z mnichami i układanie mandali dają chwilę spokoju, ale wieczorem wybuchają kłótnie. **REZ.** 85 min ▶ do godz. 22.55

→ dokument



22.00

Jak to wyjaśnić? 5

HISTORY **REPORTAŻ** Sprawa migających światła widzianych z ogrodu w Charlotte budzi skojarzenia z UFO. Autorzy zgłębiają też zagadkę ciała mężczyzny, które zmumifikowało się w rekordowo krótkim czasie. **REZ.** 60 min ▶ do godz. 23.00

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.10 Wykrywacz kłamstw – publ.
- 5.30 Pytanie dnia – pr. publicyst.
- 5.50 Reporterzy – mag. reporterów
- 6.00 Oko na świat – magazyn
- 6.25 Akacjaowa 38 (851)
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
- 7.30 Rodzina (nie od) święta
- 8.00 Serwis Info – program inform.
- 8.10 Pogoda Info
- 8.20 Zaraz wracam 2 (124)
- 9.00 Ranczo 2 (22) – obycz., Pol. 2007
- 10.00 Komisarz Alex 3 (31)
- 11.00 Ojciec Mateusz 11 (135)
- 12.00 Serwis Info – program inform.
- 12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda – program inform.
- 12.40 Magazyn rolniczy
- 12.55 Natura w Jedyne: Lis, który uratował wyspę – dok., Fr. 2025
- 14.00 Złoty chłopak (284)
- 15.00 Serwis Info – program inform.
- 15.15 Reporterzy – mag. reporterów
- 15.35 Gra słów. Krzyżówka (1017)
- 16.05 Dziedziectwo (910)
- 17.00 Teleexpress, pogoda
- 17.25 Kłaka to melodia? – telet. muz.
- 17.55 Klan (4709) – telenowela, Polska 2026
- 18.20 Zaraz wracam 2 (125) – serial obyczajowy, Polska 2025
- 18.55 Akacjaowa 38 (862) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30
- 19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda
- 20.30 Omnibus – szybcy i mądrzy (24) – teleturniej
- 21.00 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (24) – teleturniej

TVP 2 HD DV3 T2

- 4.35 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2022
- 5.30 M jak miłość (1749) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 6.25 Pozyteczni.pl – magazyn
- 6.55 Barwy szczęścia (3373) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie – mag.
- 11.40 Gwiazdorska kuchnia Ani 4 (43) – magazyn kulinarny
- 12.15 Program publicystyczny
- 12.30 Koło fortuny (1820) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda (88) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque (956) – teleturniej
- 14.30 Na sygnale (895): Głowa rodziny – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic (384) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
W pałacu wciąż trwa strajk służby, co pogłębia napiętą atmosferę. Simona boleśnie odczuwa rozłąkę ze swoją córką.
- 15.50 Domowe patenty 2 (3) – magazyn poradnikowy
- 16.00 Koło fortuny (1821) – teleturniej
- 16.35 Familiada – teleturniej
- 17.20 Panna młoda (89) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 Va banque (957) – teleturniej
- 18.50 Jędem z dziesięciu – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia (3373) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.05 Barwy szczęścia (3374) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.40 Przepis dnia – magazyn kulinarny

POLSAT HD DV3 T2

- 4.40 Disco Gramy
- 5.25 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News
- 8.30 Malanowski i partnerzy (252, 253): Tajemnica spowiedzi; Pechowy amulet – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy (1058, 1059) – serial paradokumentalny, Polska 2021
- 11.35 Gliniarze (757-759) – serial paradokumentalny, Polska 2022
- 14.40 Dlaczego ja? (1561) – serial paradokumentalny, Polska 2026
- 15.50 Wydarzenia, pogoda
- 16.20 Interwencja – magazyn reporterów
- 16.30 Na ratunek 112 (1158) – serial paradokumentalny, Polska 2026
- 17.00 Gliniarze (1198) – serial paradokumentalny, Polska 2026
Kobieta zostaje zgwałcona przez mężczyznę podszywającego się pod policjanta. Adam i Olga odkrywają, że mają do czynienia z seryjnym przestępcą. Walczą z czasem, by uchronić kolejną potencjalną ofiarę.
- 18.00 Pierwsza miłość (4210) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 18.50 Wydarzenia
- 19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny
- 19.30 Sport, pogoda
- 19.55 Milionerzy – teleturniej
- 20.30 Farma (208) – reality show
Uczestnicy nagrywają film o sobie oraz tych, którzy odeszli z programu. Pojedynek wyłoni finalistów.

TVN HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda (1629) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 6.50 Kuchenne rewolucje (12): Świerki – Karczma Stodola – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
- 11.20 Doradca Smaka (26) – magazyn kulinarny
- 11.25 Kuchenne rewolucje (14, 8): Zamość, Karczma Ordynat; Trzciel – Incognito – program rozrywkowy
- 13.40 Ukryta prawda (1591, 1592, 1679) – paradok., Polska
Honorata i Waldemar wychowują dwójkę dzieci. Coraz trudniej spłacać im chwilówki. Pewnego dnia kobieta znajduje przed drzwiami skrzynie zabezpieczoną łańcuchem. W środku jest 200 tys. zł.
- 16.50 Szpital św. Anny (122) – serial obyczajowy, Polska 2026
Łukasz przejmuje 35-latką z bólem w klatce piersiowej. Gdy pacjent nagle zasypia, jego stan zaczyna budzić niepokój. Marta prosi Streckera o powrót do pracy. Sabina wyładowuje złość na personelu.
- 17.55 Detektywi (316) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Mężczyzna zgłasza zaginięcie przyjaciółki. Podejrzewa, że po kłótni jej partner mógł ją zabić. Maciej z policją badają trop prowadzący do miejsca, gdzie po raz ostatni logował się jej telefon.
- 19.00 Fakty, sport i pogoda
- 19.55 Uwaga! – magazyn reporterów

20 KOMEDIA SENSACYJNA



- 21.20 Dorwać małego **FILM** – USA 1995, 115 min
Egzekutor długów Chili Palmer jest miłośnikiem kina. Zaprzyjaźnia się z producentem Zimmem, od którego miał ściągnąć należności. Razem z nim postanawia nakręcić film. Dziewczyna Zimma ma nakłonić byłego męża, gwiazdora Weira, by zagrał główną rolę.
- 23.15 Wieczór z Mistrzem. Andrzej **FILM** Wajda: Pan Tadeusz – film kostiumowy, Polska/Francja 1999, reż. Andrzej Wajda, wyk. Michał Żebrowski, Alicja Bachleda-Curuś, 155 min
Rok 1811. Tadeusz powraca do rodzinnego majątku. Poznaje Zosię. Tymczasem szlachta planuje zajazd, niwecząc zamiary księża Robaka.
- 1.50 Wielki napad na pociąg **FILM** – film sensacyjny, Wielka Brytania 1979, reż. Michael Crichton, wyk. Lesley-Anne Down, Donald Sutherland, Sean Connery, Alan Webb, 110 min
- 3.40 Magazyn Ekspresu Reporterów
- 4.35 Zakończenie

OBYCZAJOWY



- 20.55 Na dobre i na złe (992): **FILM** Granice odpowiedzialności – Polska 2026
Blanka, Homolka i nowa specjalistka onkolog, doktor Trawińska, diagnozują u młodej kobiety nowotwór jajnika. W opinii Milewskiej jej poprzednia lekarka mogła popełnić błąd. Agata przygotowuje pokój dla Mani. Planuje również spotkanie z kuratorką małej.
- 21.55 Na sygnale (898, 899) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 22.55 Francuska ruletka (1) – serial kryminalny, Francja/Belgia 2023, wyk. Michelle Laroque, Yannick Choirat
- 23.50 Zawsze zostaje ślad – dramat **FILM** obyczajowy, Niemcy 2017, reż. Jan Martin Scharf, wyk. Felicitas Woll, Martin Gruber, Aleen Kötter, Jasmina Al Zihairi, 95 min
- 1.25 Grabież – film dokumentalny, Polska 2022
- 2.50 Akacjaowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015
- 3.40 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
- 4.05 Zakończenie

ROZRYWKOWY



- 21.30 Bez pudru, czyli kabaret plus... (9)
Ewa Blachnio oraz inni znakomici artyści ponownie przyjrzą się politykom i aktualnej sytuacji na świecie. Nie zabraknie zaskakujących gości. Premierowe skecze ukazą różne oblicza rzeczywistości. Niedawno satyrycy przybliżyli np. uroki życia na kredytcie.
- 22.50 Logan Lucky **FILM** kryminalna, USA/Chiny 2017, reż. Steven Soderbergh, wyk. Farrah Mackenzie, Channing Tatum, Daniel Craig, Jim O'Heir, 150 min
Nad rodziną Loganów ciąży klątwa. Każde nowe pokolenie ma tak samo szare i ubogie życie jak poprzednie. Bracia Jimmy i Clyde chcą to zmienić. Gdy jeden z nich traci pracę, biorą sprawy w swoje ręce. Planują skok podczas wyścigów NASCAR.
- 1.20 Rok pierwszy **FILM** komedia przygodowa, USA 2009, reż. Harold Ramis, wyk. Jack Black, Michael Cera, Oliver Platt, David Cross, 135 min
- 3.35 Nasz nowy dom (345) – reality show

OBYCZAJOWY



- 20.15 Na Wspólnej (4207) **FILM** – Polska 2026
Junior jest wstrząśnięty widokiem Elizy całującej się z jego trenerem. Przy śniadaniu rzuca na ten temat aluzje. Z kolei Sławek tropi osobę, która mogła wykraść telefon Damiana, a Monika prosi Igora o pomoc.
- 20.50 The Floor (10) – teleturniej
- 21.30 Królowa przetrwania 3 (10) – reality show
- 22.55 Showtime – komedia sensacyjna, USA/Australia 2002, reż. Tom Dey, wyk. Robert De Niro, Eddie Murphy, Rene Russo, Zaid Farid, 120 min
- 0.55 Imprezowi rodzice **FILM** – komedia, USA 2019, reż. Fred Wolf, wyk. Alec Baldwin, Salma Hayek, Jim Gaffigan, Joe Manganiello, 130 min
- 3.05 Szpital św. Anny (83) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 4.05 Uwaga! – magazyn reporterów
- 4.20 Największe polskie katastrofy (6) – serial dokumentalny, Polska 2020
- 5.15 Nauka jazdy 5 (12) – program rozrywkowy

7 TVN 7 HD DVBT2

TV PULS TV PULS HD DVBT2

PULS 2 HD DVBT2

NETFLIX

- 5.20 Ten moment** (8) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (627-629) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 8.45 Ukryta prawda** (1290, 1206, 1207) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.55 W-11 – Wydział Śledczy** (957-959): Plac zabaw; Dobry uczynek; Plac to moje nowe hobby – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2012
- 14.00 Detektywi** (76): Idealny syn – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 15.00 Szpital św. Anny** (112) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (624, 625) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 18.00 Sekrety życia** (12) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Po śmierci męża Jagoda została samotną matką. Jakis czas temu spotkała nową miłość. Obecnie mieszka wraz z partnerem i jego córką. Syn kobiety coraz bardziej się buntuje, gdyż był zmuszony zmienić szkołę.
- 19.00 Ukryta prawda** (1483) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Jagoda pomaga 71-letniej Aldoine, która została okradzona. Seniorka prosi, by się do niej wprowadziła. Za wsparcie w codziennych obowiązkach otrzyma mieszkanie w spadku.
- 20.00 Hotel Paradise 12** (39) – reality show

- 6.00 Policjanci z Miami** (6, 7): Powrót Calderone'a, część 2; Jednooki walet – serial kryminalny, USA 1984-1989
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (13, 14): Ostatnia noc; Skok – serial sensacyjny, Niemcy 2014
- 10.00 Triumf miłości** (135, 136) – serial obyczajowy, Meksyk 2010
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (68) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspinał się stulecie** (2) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Przestępstwa na zbrodni** (31) – serial kryminalny, Polska 2026 Adam prowadzi na Gorczak pralnie. We wszystkich życiowych sprawach radzi się wróżki Astry. Kobieta wieszczy mu za-wod miłosny i inne nieszczęścia, co zaczyna się spełniać.
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 13** (705, 706) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 17.00 Dzielnica strachu 10** (466) – serial kryminalny, Polska 2025-2026 Śledczy wyjaśniają sprawę uprowadzenia niemowlęcia. Sprawca wikła jego matkę w grę opartą na zemście. Hrabia i Carmen organizują nowy biznes oparty na przemyśle brylantów.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (996, 997) – serial obyczajowy, Polska 2026 Karol uważa, że żona go zaniedbuje. Nawiązuje romans z Marianną. Ktoś zaczyna go szantażować. Mariola, Bogdan i Monika martwią się o Andżelę.

- 5.50 Ale numer! 23** (4) – pr. rozrywk.
- 6.25 Smerfy 2** (32) – serial anim.
- 6.35 Jeżyk i Przyjaciele** (5, 4) – anim.
- 7.00 Psi Patrol 8** (18) – serial anim.
- 7.35 Superkoty** (22) – serial anim.
- 8.00 Myszka Miki: Frajdomek** (20) – serial animowany, USA 2021
- 8.35 Masza i Niedźwiedź 6** (7, 8) – serial animowany, Rosja
- 8.50 Świnka Peppa** (1) – serial anim.
- 8.55 Bing** (19, 20) – serial animowany
- 9.25 Basia 2** (21, 22) – anim., Pol. 2019
- 9.50 Jeżyk i Przyjaciele** (3) – anim.
- 10.00 Spidey i superkumple 2** (47, 46) – serial anim., USA 2022
- 11.00 Gigantozaur 2** (19) – serial anim.
- 11.25 Dinopociąg 2** (21) – serial anim.
- 11.55 Smerfy** (107, 108) – serial anim.
- 13.00 Gumisie 5** (1) – serial animowany
- 13.35 Gumisie 4** (10) – anim., USA 1992
- 14.00 Kacze opowieści** (43, 44) – serial animowany, USA 1987
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 4** (15, 16) – anim.
- 16.00 Superthings: Kazoom Power** (2, 3) – serial anim., Hiszp. 2024
- 16.15 Fineasz i Ferb** (21) – serial anim.
- 16.50 Marta mówi 2** (12) – serial anim.
- 17.10 Superkoty** (21) – serial anim.
- 17.45 Świnka Peppa** (1) – serial anim.
- 17.50 Bing** (19, 20) – serial animowany
- 18.20 Masza i Niedźwiedź 6** (7, 8) – serial animowany, Rosja
- 18.35 Myszka Miki: Frajdomek** (20) – serial animowany, USA 2021
- 19.00 Don Matteo: Boski detektyw 14** (1) – serial kryminalny, Włochy 2024, wyk. Terence Hill, Raoul Bova
- 20.00 Przepis na zbrodnię** (34) – serial kryminalny, Polska 2026

KOMEDIA

SENSACYJNY

KRYMINALNY



- 21.00 Legendy ringu** **FILM** – USA 2013, 145 min
Pittsburgh. Byli bokserzy Billy i Henry niegdyś ze sobą konkurowali. Rywalizację miała zakończyć decydująca walka w 1983 roku, jednak do niej nie doszło. Po latach obaj zyskują szansę, by ostatecznie rozstrzygnąć, kto jest lepszym pięściarzem.
- 23.25 Judasz i Czarny Mesjasz** **FILM** – dramat biograficzny, USA 2021, reż. Shaka King, wyk. Daniel Kaluuya, LaKeith Stanfield, Jesse Plemons, Dominique Fishback, 155 min
Lata 60. XX w. Recydywista William na zlecenie FBI przenika do partii Czarnych Panter. Jego zadanie polega na zdobyciu zaufania Freda Hamptona.
- 2.00 Hotel Paradise 12** (38) – reality show
- 3.00 Żyjąc z potworem 6** (18) – serial dokumentalny, USA 2021
- 3.55 SOS Ekipy w akcji** (43) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 4.50 Usterka 11** (28) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

- 20.00 Grizzly** **FILM** – USA/Kanada 2015, 110 min
Skłóceni bracia Rowan i Beckett muszą stawić czoło niedźwiedziowi, który terroryzuje mieszkańców ich rodzinnego miasta. Postanawiają schwytać zwierzę w lesie. W polowaniu pomagają im głuchoniema ekolog oraz tajemniczy Douglass. Niedźwiedź nie podda się jednak tak łatwo. Zaczyna się prawdziwa walka o przetrwanie.
- 21.50 Instynkt pierwotny** **FILM** – thriller, USA 2019, reż. Nick Powell, wyk. Nicolas Cage, Famke Janssen, Kevin Durand, Jeremy Nazario, 120 min
Frank Walsh przewozi statkiem do USA dzikie zwierzęta. Znajdujący się na pokładzie zabójca Löffler uwalnia je z klatek.
- 23.50 Pitbull** – dramat sensacyjny, **FILM** Polska 2021, reż. Patryk Vega, wyk. Andrzej Grabowski, Jan Hrynkiewicz, Przemysław Bluszczyk, Sebastian Dela, 135 min
- 2.05 Lombard. Życie pod zastaw 18** (993) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 3.10 Zobacz to!** – pr. powtórkowe

- 21.00 Dzielnica strachu 10** (470, 471) – Polska 2025-2026
W luksusowym mieszkaniu ginie Milena. Początkowo podejrzanym o zbrodnię wydaje się klient klubu go-go. Obciążają go zapisy z monitoringu i zeznania świadków. Z czasem badający sprawę Rafał i Ola zaczynają wątpić w jego winę. Ich zdaniem zabicie mogło zostać zaplanowane jako pułapka.
- 23.00 Nasze małe wielkie wesele** **FILM** – komedia, Francja 2023, reż. Frédéric Quiring, wyk. Ahmed Sylva, Camille Lou, Grégoire Bonnet, Marc Riso, 110 min
- 0.50 Dzielnica strachu 10** (468) – serial kryminalny, Polska 2025-2026
- 1.50 Lombard. Życie pod zastaw 9** (439) – serial obyczajowy, Polska 2021
- 2.50 Lombard. Życie pod zastaw 3** (115, 116) – serial obyczajowy, Polska 2018
- 4.45 A kto to mówi?** (44) – program rozrywkowy
- 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (989) – serial obyczajowy, Polska 2026



PRAWO LIDII POËT 3
W 1887 roku Enrico (Pier Luigi Pasino) zostaje posłem i przedstawia w parlamencie projekt ustawy Lidii (Matilda De Angelis). Tymczasem Fourneau prowadzi głośną sprawę Grazii Fontany, przyjaciółki Poët, oskarżonej o zabójstwo męża. Lidia i ambitny prokurator stają po przeciwnych stronach barykady.
►biograf. (6 odc.), Włochy 2026



ZA JEDNYM ZAMACHEM 4
Najbardziej emocjonujące chwile w golfie ostatnich dekad, m.in. przełomowe zwycięstwo Tommy'ego Fleetwooda, który sięgnął po FedExCup — najwyższą nagrodę finansową w tej dyscyplinie. Czwartą odsłonę serii pokazuje drogę wstępujących gwiazd i legend sportu, prowadzącą do kulminacyjnego momentu.
►serial dok. (4 odc.), USA 2026



KOLORY ZŁA: CZERWIŃ
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

PREMIERA



LOVE IS BLIND: POLSKA
Zofia Zborowska-Wrona i jej mąż Andrzej poznają singli, którzy decydują się na zaręczyny, zanim zobaczą drugą połówkę. Uczestnicy przebywają w odizolowanych kapsułach, opierając swoje relacje na rozmowie i towarzyszących jej emocjach. W programie biorą udział przedstawiciele różnych środowisk.
►reality show (10 odc.), Polska 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9 (4, 5) – serial krym., USA/Kanada 2008	5.55 Rodzinka.pl (57)	10.00 Jan Serce (2) – obycz.	6.30 Polska z góry 5 (9) – serial dok., Pol. 2020	10.05 Hollywood Buzz – magazyn filmowy	6.00 Królewski świąteczny balet – komedia romant., USA 2024, 85 min
7.30 Dr House 2 (23, 24) – serial obyczajowy, USA 2006	6.25 Na sygnale (439, 440)	11.10 Hania – film obycz., POLSKA 1984, 105 min	7.00 The Hero – film krótkometraż.	10.30 Agent szczęścia – film dokumentalny, Bhutan/Węgry 2024	7.25 W potrzasku – dramat obyczajowy, USA 2025, 100 min
9.25 Castle 6 (13, 14) – serial kryminalny	7.35 Ojciec Mateusz (435)	12.55 Komedia z pomyłek – kom. obycz., 40 min	7.40 Ciotka Hitlera – dramat wojenny, Polska 2021, 105 min	12.05 LARP: Miłość, trolle i inne questy – kom., Polska 2025, 95 min	9.05 Srebrna gwiazda – dramat obyczajowy, USA 2024, 100 min
11.15 Detektyw Monk 3 (12, 13) – serial kryminalny, USA	9.25 Rodzinka.pl (58)	13.35 Artysta i niepokój wieku. Henryk Sienkiewicz – film dokum., Polska 1998	9.25 Wyraj – film krótkometraż.	14.30 The Office PL 5 (2, 3) – serial kom., Pol. 2025	10.45 Vinci 2 – kom. krym., POLSKA 2025, 120 min
13.15 Dr House 3 (1, 2) – serial obyczajowy	10.00 Klan (1407) – telen.	14.40 Cześć, kapitanie! – film kryminalny, Polska 1967, 70 min	10.00 Karen Pirie 2 (2) – krym., Wlk. Bryt. 2025	14.30 Rave – dok., Pol. 2024	12.45 W skrócie – komediodramat, Niemcy 2024, 105 min
15.15 Agenci NCIS 14 (1, 2) – serial sensacyjny, USA 2016	10.30 Ranczo 5 (57) – obycz.	15.50 Gra o wszystko – film obyczajowy, Polska 1978, 75 min	11.55 Vera 9 (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	15.50 Saga „Zmierzczeni”: Zaczemienie – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 120 min	14.30 Karate Kid: Legendy – film przygodowy, USA/Kan. 2025, 95 min
17.10 Castle 6 (15, 16) – serial kryminalny, USA 2014	12.25 Pan Mama (39)	17.05 Jan Serce (3) – obycz.	13.50 Zła nie ma – dramat obyczajowy, Japonia 2023, 135 min	17.50 Kaskader – komedia sensacyjna, USA 2024, 125 min	16.05 Królstwo niebieskie – dramat hist., USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005, 140 min
19.10 FBI 5 (12, 13) – serial kryminalny, USA 2022	13.00 Zaraz wracam 2 (119) – serial obycz.	18.30 Informacje kulturalne	16.05 Strefa interesów – dramat historyczny, USA/Wielka Brytania/ Polska 2023, 130 min	20.00 Para z sąsiedztwa 2 (2) – serial obyczajowy	
	13.35 Ojciec Mateusz 26 (340, 341) – krym., Pol.	18.50 Reżyserzy (7) – dok.	18.15 Vera 9 (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	20.50 Making of – mag.	
	15.30 Komisarz Alex 23 (287) – krym., Pol. 2025	19.45 Andrzej Wajda – Notatki			
	16.25 Na sygnale (441, 442)				
	17.30 Ranczo 5 (58, 59)				
	19.30 Ojciec Mateusz 26 (342) – krym., Pol. 2021				
	20.30 Ojciec Mateusz (436)				



SENSACYJNY	OBYCZAJOWY	KOMEDIA MUZYCZNA	KRYMINALNY	REALITY SHOW	KOMEDIA PRZYGDOWA
21.05 Zabójca broń 2 (18, 19) – USA 2017	21.30 Ranczo 5 (60, 61) – Polska 2011	20.00 Excentrycy, czyli po słonecznej stronie ulicy – Polska 2015, 125 min	20.10 Żona seryjnego mordercy (1-4)	21.00 Projekt Fighter (3)	18.25 Anakonda – USA FILM 2025, 95 min
Przed 16 laty płatny zabójca darował życie Murtaughowi. Teraz Roger zauważa na miejscu zbrodni jego podpis. Udaje mu się go schwycić, jednak ten twierdzi, że ktoś próbuje go zrobić.	Romans Wittebskiego i Francezki kwitnie do momentu, gdy dziewczyna przedstawia ukochanemu swoje plany matrymonialne i wybiera imiona dla ich nienarodzonych dzieci.	Muzyk Fabian wraca z Anglii do PRL-u i zakłada jazzband. Poznaje intrygującą Modestę i razem żyją w przepychu na przekór szarej polskiej rzeczywistości. Pewnego dnia kobieta znika.	Tom zostaje aresztowany. Ciąży na nim zarzut zabójstwa. Żona, Beth, zapewnia mu alibi. Wkrótce znajduje dowód świadczący o tym, że mąż prowadzi podwójne życie.	Trwa walka o 100 tysięcy złotych i intratny kontrakt. Zawodnicy wiedzą, że liczą się nie tylko sprawność i siła, ale też charyzma i charakter. Prowadzi Kinga Kujawska.	Doug i Griff postanawiają narkęć remake horroru. Wyruszają w głąb Amazonii, aby rozpocząć zdjęcie. Sytuacja się komplikuje, gdy na planie pojawia się gigantyczny wąż.
23.00 Castle 6 (15, 16) – serial kryminalny	23.25 Ojciec Mateusz 27 (343) – krym., Pol. 2022	22.05 Przygody Sherlocka Holmesa (10) – krym.	23.50 Icebreaker. Każdy ma swój sekret (3, 4) – krym., Finlandia 2025	21.50 8. mila – dramat obyczajowy, USA/ Niemcy 2002, 110 min	20.00 Kung Fu Panda 4 – film anim., Chiny/ USA 2024, 95 min
0.45 FBI 5 (12, 13) – serial kryminalny, USA 2022	0.15 Pan Mama. Powrót sfoży (11, 12) – sens.	23.10 Rawa Blues Silesian Sound – Irek Dudek Big Band – koncert	1.45 Poof – krótkometraż.	23.40 Shadow Force – thriller, USA 2025, reż. Joe Carnahan, wyk. Omar Sy, 100 min	21.35 Eufozia 3 (4) – obycz.
2.35 Zabójca broń 2 (18) – serial sensacyjny	2.50 Zatoka szpiegów (2, 3) – szpiegowski	0.05 Hala odlotów (59) – talk-show	2.00 Belfer 3 (5) – krym.	1.20 Nieukończony film – dramat obyczajowy, Singapur/Niemcy/ USA 2024, 105 min	22.35 Peacemaker 2 (6) – serial sens.-kom.
3.30 FBI 2 (3) – serial krym.	4.25 Klan (1407) – telen.		4.10 Moje miasto – film obyczajowy, Polska 2002, 65 min		23.15 G20 – film sensacyjny, USA 2025, 105 min
4.25 Walker: Strażnik Teksasu (3) – krym.	4.50 Zaraz wracam 2 (119) – serial obycz.				1.00 Prawa ludzi – krym., USA 2024, 95 min

AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM HD	CANAL+ SERIALE HD	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
8.00 Unforgettable: Zapisane w pamięci (18) – krym.	8.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze (4) – serial sens.	6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.	9.45 Łapu capu – program rozrywkowy	6.00 Miasta rytm: Zrabowane dzieła sztuki (2) – film dok., 2021	11.50 Figurantka 2 (9, 10)
8.55 Szpital nadziei (11)	9.00 Bajzer z Bel-Air (17, 18)	6.05 Benek – komediodramat, POLSKA 2007, 100 min	9.55 Planeta Singli. Osiem historii (2) – serial komediowy, Polska 2021	7.00 Chwila prawdy (10)	12.45 Ben nie ma lekko – film anim., 2024, 75 min
9.55 Detektyw Murdoch 9 (10, 11) – serial kryminalny	10.00 Za głosem serca (75)	7.45 Mikolaj i ekipa – anim., Hiszpania/Kan. 2024, 90 min	10.45 Pisarze. Serial na krótko 2 (4) – serial komediowy, Polska 2021	8.00 Porzucone konstrukcje (1) – serial dok., Wlk. Bryt.	14.00 Letnia szkoła, 2021 – dramat obycz., Czechy/ Wietnam 2025, 105 min
12.00 Zaklinacze koni (6-8)	12.05 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze (5, 6) – serial sens.	9.15 Łapu capu – pr. rozrywk.	11.00 Naruto (1-6) – serial anime, Japonia 2002-2003	8.55 Wykrywcze historie 5 (1)	15.45 Wolfgang – dramat obycz., Hiszpania 2025, 105 min
15.05 Winnice miłości 4 (164)	13.55 Bajzer z Bel-Air (17-20)	9.25 Ida – dram. obycz., Polska/ Dania/Fr. 2013, 80 min	14.05 Premierowa jazda – magazyn	10.00 Co pozostanie tak (4)	17.30 Saga „Zmierzczeni”: Zaczemienie – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 120 min
16.10 Złoty nadziej (12)	16.05 Pelna chata 4 (21-24)	10.45 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji	14.30 Łapu capu – program rozrywkowy	11.50 Kolegium żużlowe	19.30 Turysta (1, 2) – serial sens.
17.05 The Good Doctor 4 (11, 12) – serial obyczajowy	18.05 Willy Wonka i fabryka czekolady – film familijny, USA 1971, 125 min	11.40 Kiler-ów 2-óch – komedia, POLSKA 1999, 115 min	15.50 Łapu capu – program rozrywkowy	12.55 Born Racers. Młodzi i szybcy (3) – serial dokum.	21.20 Grzesznicy – horror, USA/ Australia/Kanada 2025, reż. Ryan Coogler, 130 min
19.05 Dr House (9) – serial obycz.	20.10 Reich – film sensacyjny, USA 2001, 110 min	13.35 Mój jedyny wróg	16.05 Jeremey (1-4) – serial dokumentalny, Polska 2022	14.00 Okręty wojenne (1) – dok.	23.30 Wrota do piekła – horror, USA 2009, 95 min
21.55 Unforgettable: Zapisane w pamięci (19) – krym.	22.00 Nieznajomi z pociągu – thriller, USA 1951, 135 min	13.55 Azyi – dramat biograficzny, 2017, 125 min	18.10 Łapu capu – program rozrywkowy	15.00 Wykrywcze historie 5 (2)	
22.55 Agenci NCIS 11 (13-15)	0.15 Interkosmos – s.f., USA 1987, 130 min	16.00 Peacocks – thriller, USA 2010, 90 min	18.20 The Office PL 5 (1-3) – serial komediowy, Polska 2024	16.00 Grip – w świecie supersamochodów (10) – serial dokumentalny, 2022	
1.35 Dowody zbrodni 3 (5, 6)		17.30 Hollywood Buzz – mag.	19.55 Łapu capu – program rozrywkowy	17.00 Supersamoloty bojowe 11 (7) – serial dok.	
3.25 Grand Hotel 2 (7) – krym.		17.55 Notting Hill – komedia romantyczna, USA/Wielka Brytania 1999, 120 min	20.00 Gangi Londynu 3 (1, 2) – serial kryminalny, Wielka Brytania/USA 2024	18.00 Champions Club – mag.	
4.55 The Good Doctor 4 (11)		19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.	21.40 Premierowa jazda – magazyn	19.05 Wolne duchy. Starcie z żywiołami (8) – dok.	

AXN BLACK	POLSAT SERIALE HD	CANAL+ SERIALE HD	CANAL+ 360 HD	HBO 3 HD
10.00 Gwiezdne wrota: Atlantyda 4 (1) – serial s.f.	6.00 Kabinetowa Ekstraklasa (55) – pr. rozr.	9.45 Łapu capu – program rozrywkowy	6.00 Miasta rytm: Zrabowane dzieła sztuki (2) – film dok., 2021	12.55 Po drugiej stronie globu – musical, 2007, 130 min
11.00 Gwiezdne wrota 8 (11, 12) – s.f., USA/Kan. 2004	6.05 Gliniarze (614-616) – serial paradokum., Polska 2021	20.00 Wilhelm Tell – dramat historyczny, Wlk. Bryt./ Włochy/USA 2024, 130 min	7.00 Chwila prawdy (10)	15.05 Ciche dziedzictwo – serial kom.
13.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 2 (2) – serial sens.	9.05 Strażnik Teksasu (2-5) – serial sensacyjny, USA	22.10 Zakochany bez pamięci – komediodramat, USA 2004, 105 min	8.00 Porzucone konstrukcje (1) – serial dok., Wlk. Bryt.	16.10 Wielki powrót 3 (7) – serial komediowy, USA
14.00 Renegat 3 (10) – sens.	12.55 Kowalscy kontra Kowalscy (41-44) – obycz.	23.55 Nie mów ja – thriller, USA 2024, 110 min	8.55 Wykrywcze historie 5 (1)	17.15 Wielka, odważna, piękna podróż – dramat fantasy, Irlandia/USA 2025, reż. Kogonada, 110 min
15.00 Drużyna A 3 (17) – sens.	14.55 Świat według Kiepskich (542-545) – kom., Pol. 2019	1.45 Quebonafide: Północ/ Południe – musical, Polska 2024, 70 min	10.00 Co pozostanie tak (4)	19.05 Branza 2 (6) – serial obycz.
16.05 Nieustraszone 3 (14) – serial sensacyjny, USA	16.55 Columbo (2, 1) – krym.	2.55 Utrata równowagi – dramat psychologiczny, Polska 2024, 95 min	11.50 Kolegium żużlowe	20.05 The Knick (3) – obycz.
17.05 Gwiezdne wrota: Atlantyda 4 (2, 3) – s.f.	21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7-9) – serial krym., USA/Kanada	4.30 Innego końca nie będzie – film obycz., 2024, 90 min	12.55 Born Racers. Młodzi i szybcy (3) – serial dokum.	21.00 Georgie i Mandy wzięli ślub 2 (5, 6) – serial obycz.
19.00 Gwiezdne wrota 8 (13, 14) – s.f., USA/Kan. 2004	23.50 Ślad (16-18) – serial krym.		14.00 Okręty wojenne (1) – dok.	21.40 Doktor Larsen 2 (14)
21.00 Maska Zorro – film przyg., USA/Meksyk 1998, 160 min	2.50 Święty (188, 189) – kom.		15.00 Wykrywcze historie 5 (2)	22.25 Mroczny fajter – film sensacyjny, 2023, 115 min
23.40 Bodyguard Zawodowiec – kom. sens., 2017, 140 min	4.00 48h. Zaginięci – serial kryminalny, Polska		16.00 Grip – w świecie supersamochodów (10) – serial dokumentalny, 2022	0.20 Półbrat (2) – serial obycz.

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA DVS12
6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (34-36) – serial dokum.	6.00 Pingwiny z Madagaskaru (9, 10) – serial animowany, USA	5.05 Szkoła (717) – serial paradokum.	6.20 Astrid i Raphaëlle 3 (3, 4) – serial krym., Fr./Belgia/Szwajcaria	6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (10) – dok.	6.50 Złoty interes (1)
7.30 Doktor Martin (70) – serial obyczajowy	7.00 Dwóch i pół 9 (8-11) – serial komediowy, USA 2011-2012	6.00 Grażyna Torbicka zaprasza (4) – mag.	8.30 Kapitan Marleau 5 (3) – serial krym., Fr.	6.25 Och! Kabaret 2 (2, 3) – program rozrywkowy	7.55 Wojciech Cejrowski – bosso przez świat
8.30 Przyjaciółki (235, 236) – serial obyczajowy, Pol. 2022	8.55 Przyjaciele 5 (22-24) – serial komediowy, USA 1998-1999	6.30 Serieale Top 5 (19)	10.30 Agenci NCIS: Los Angeles 12 (13, 14) – serial sensacyjny	8.00 Polska z góry. Nad wodą 2 (1) – dok.	9.00 Robert Makłowicz (149, 154) – mag. kulin.
10.25 Świat według Kiepskich (178, 179, 205, 206, 99, 193, 50, 23) – serial komediowy	10.25 Przyjaciele 6 (1-3) – serial komediowy, USA 1999-2000	6.35 Lekarze 5 (13)	12.20 Motyw 2 (2, 3) – serial kryminalny, Kan. 2014	8.35 Akademia Pana Kleksa (1/2) – film przygodowy, Polska/ZSRR 1983, 110 min	10.50 Wojny magazynowe: Kanada 2 (20, 21)
14.55 Jak rozpuścić II wojnę światową (1/3) – komedia, Polska 1969, 110 min	11.55 Teoria wielkiego podrywu 7 (8-13) – serial komediowy, USA 2013-2014	7.35 Kryminalni (2)	14.10 Astrid i Raphaëlle 3 (5, 6) – serial krym., Fr./Belgia/Szwajcaria	10.25 Nad Niemnem (1/2, 2-ost.) – film obycz., 1986, 220 min	11.55 Wojny kontenerowe 3 (12)
16.45 Z Bożą pomocą – dramat przygodowy, USA 2023, reż. Sean McNamara, 125 min	14.30 Dwóch i pół 9 (12-15) – serial komediowy	8.45 Detektywi (438, 439)	16.20 Kapitan Marleau 5 (4) – serial kryminalny, Francja 2020	14.05 Powstanie warszawskie – dokument fabularyzowany, 2014	13.00 Katastrofy w przestworzach (5, 6) – serial dok., Kan.
18.50 Turysta – film sens., USA/Fr. 2010, 130 min	16.30 Przyjaciele 6 (4-9) – serial komediowy, USA 1999-2000	9.50 Przepis na życie 5 (8) – obycz., Pol. 2013	18.20 Agenci NCIS: Los Angeles 12 (15, 16) – serial sensacyjny, USA 2021	16.15 Krzyż Walecznych – film wojenny, 1958, 100 min	16.00 MacGyver 2 (5, 6)
SENSACYJNY	KOMEDIOWY	KOMEDIA	KRYMINALNY	SENSACYJNY	PRZYGDOWY
					
21.00 Sensacyjna Środa: XXX – USA 2002, 155 min	19.30 Teoria wielkiego podrywu 7 (14-19)	20.00 Poznaj naszą rodzinę – USA 2010, 130 min	22.00 Równoległe ślęstwo (1) – 2023	20.00 Ekstradycja (1, 2) – 1995	20.00 Kongo – USA 1995, 145 min
Miłośnik sportów ekstremalnych Xander Cage dostaje zlecenie od rządu USA. Jako agent musi stawić czoło terrorystom z siatki Anarchia 99.	Przyjaciółom nie udaje się kupić biletów na Comic-Con, dlatego Sheldon organizuje własny konwent. Udaje mu się spotkać z aktorem Jamesem Earlesem.	Greg wychowuje wraz z żoną bliźnięta. Odpowiedzialny ojciec znajduje posadę w firmie farmaceutycznej. Nieufny teść, Jack, podejrzewa go o romans.	Córka dziennikarki znajduje ciało młodego mężczyzny. Według policji doszło do samobójstwa, jednak Fred rozpoczyna własne ślęstwo. Wspiera ją kamerzystka Manu.	W Warszawie trwa wojna gangów, które handlują środkami odurzającymi. Komisarz Halski rozpracowuje grupę Sytego. Walczy ona z konkurencyjnym gangiem Cyрка.	Do zaginionego afrykańskiego miasta wyrusza ekspedycja pod kierunkiem doktora Karen Ross. Jej celem jest odnalezienie diamentów we wnętrzu wulkanu.
23.35 Dżentelmeni – film kryminalny, Wlk. Bryt./USA 2019, 140 min	22.00 The Office PL 3 (3, 4) – serial kom., Pol. 2023	22.10 Bajecznie bogaci Azjaci – kom. romant., USA 2018, 145 min	0.00 Blanca 3 (11) – serial kryminalny, Wł. 2025	23.00 Wesele – dramat obyczajowy, Polska/Lotwa 2011, 145 min	22.25 Czas zemsty – film sensacyjny, USA/Aruba 2003, reż. Michael Oblovitz, 115 min
1.55 Fala zbrodni (41) – serial sens., Pol. 2005	23.05 Comedy Club 4 (7, 8)	0.35 Poznaj moją tatę – komedia, USA 2000, reż. Jay Roach, 135 min	1.05 Kapitan Marleau 5 (4) – serial kryminalny, Francja 2020	1.25 Po miłość – dramat obycz., 2021, 105 min	0.20 Poszukiwana, poszukiwana – kom., Polska 1972, 120 min
2.55 Ślad (108, 109) – serial kryminalny, Pol. 2020	1.00 Pracoholicy 3 (7, 8)	2.50 Dziewczyny z Hollywood 3 (1)	3.05 Astrid i Raphaëlle 3 (3, 4) – serial krym., Fr./Belgia/Szwajcaria	3.10 Co dzień bliżej nieba – dramat obycz., 1984, 155 min	2.20 Na układy nie ma rady – komedia, Polska 2017, 120 min
4.55 Na ratunek 112 (800, 801) – serial paradok., Polska 2023	3.00 Miasteczko South Park 18 (1-3)	3.05 Szkoła (709)	5.10 Krok (4) – serial kryminalny, Fr. 2024	5.45 Masza – film krótkometraż., 2020	
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI HD	FX HD	KINO TV HD	ROMANCE TV HD
14.55 Miłość Andrei – komedia, Hiszpania 2023, 100 min	13.25 Święty (49, 50) – kom., Pol.	6.00 Arcadia 2 (6) – serial s.f.	9.10 Z archiwum X (2) – s.f.	8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (8, 9)	14.15 Rosamunde Pilcher: Kimkolwiek Jesteś – komediomedial, Niemcy 2025, 110 min
16.35 Niemcy – film obyczajowy, Argentyna/Hiszpania 2023, reż. María Zanetti, 85 min	14.25 Spadkobiercy (5) – rozr.	7.00 Surrealstate (4-6)	10.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (21, 22) – krym.	11.00 Panna Scarlet i komisarz (3, 4) – krym.	16.05 Zawsze Wiosna – komedia romantyczna, Niemcy 2011, 115 min
18.00 Życie i miłość – film obyczajowy, 2024, 120 min	15.25 Co ludzie powiedzą? 5 (2) – serial kom., Wlk. Bryt.	10.00 Medium (6, 2, 3) – krym.	11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (17, 18)	13.10 Poirot – serial kryminalny	18.00 Zwierzyniec doktor Mertens (87) – obycz.
20.10 Ricky Bobby – Demon prędkości – komedia obyczajowa, 2006, 105 min	16.05 Jedną nogą w grobie 5 (2)	11.50 Czarodziejki 5 (21, 22)	13.45 Agenci NCIS 8 (13, 14)	15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (10, 11)	19.00 Górski lekarz (91) – obycz.
21.45 Ministerstwo Niebezpiecznych Drai – komedia wojenna, USA/Wielka Brytania/Turcja 2024, reż. Guy Ritchie, 120 min	16.55 Czarna Żmija 4 (5) – kom.	13.40 Grimm 2 (17, 18) – fantasy	15.35 FBI (2) – serial kryminalny	17.50 Panna Scarlet i komisarz (5, 6) – krym.	20.00 Przepis na miłość – dram. obycz., USA 2019, 110 min
23.45 Tymczasem na Ziemi – film s.f., Francja/Belgia 2024, 90 min	17.35 Bob kocha Abisłohę 3 (9-11) – serial komediowy	15.30 Medium (6, 4, 5) – krym.	16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (23, 24) – krym.	20.00 Co z oczu, to z serca – komedia kryminalna, USA 1998, 160 min	21.50 Dzieci zostają z tobą! – komedia, Niemcy 2017, 115 min
	19.00 Dwóch i pół 9 (8-11)	17.20 Czarodziejki 5 (23)	18.20 Z archiwum X (3) – s.f.	22.40 Mgia – horror, USA 2007, 145 min	23.45 Górski lekarz (91) – obycz.
	21.00 Świat według Kiepskich (6-8) – serial kom., Pol. 2016	18.15 Czarodziejki 6 (1)	19.15 FBI (3) – serial kryminalny	1.05 Oddział Delta 2 – film sensacyjny, 1990, 155 min	0.45 Przepis na miłość – dram. obycz., 2019, 110 min
	22.30 Co ludzie powiedzą? 5 (3) – serial kom., Wlk. Bryt.	19.10 Grimm 2 (19, 20) – fantasy	20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (19, 20)	3.40 Kronika opętania – horror, 2012, 125 min	
	23.05 Jedną nogą w grobie (6)	21.00 Sanktuarium: Opowieść czarownicy 2 (3) – krym.	22.00 Matlock (5) – serial krym.		
	23.50 Czarna Żmija 4 (6) – kom.	22.00 Transformers – film s.f., USA 2007, 175 min	22.55 Z archiwum X (3) – s.f.		
	0.30 Comedy Club 8 (3) – rozr.	0.55 Most do Terabithi – film familijny, 2007, 125 min	23.50 The Hunting Party (7)		
	1.00 Dziewczyny w wielkim mieście 3 (5, 6) – kom.	3.00 Czarodziejki 5 (23)	0.45 FBI (3) – serial kryminalny		
		4.00 Czarodziejki 6 (1)	1.40 Agenci NCIS 8 (14) – sens.		
		5.00 Arcadia 2 (6) – serial s.f.			
CINEMAX 2 HD	EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX PREMIUM HD HD	PARAMOUNT NETWORK HD
17.00 Omen – dram. obycz., Bel./Hol./Francja 2023, 95 min	9.20 Lekarze na start (45, 46)	10.00 Wszędzie ty (60) – telen.	10.10 Jim wie lepiej 3 (21, 22)	11.45 Cała prawda o Jonathanie – komedia, USA 2007, 90 min	9.20 Policjanka grupa pościgowa 20 (2) – dok.
18.35 Lekcje Błagi – dramat obyczajowy, Bułgaria/Niemcy 2023, 115 min	10.55 Agenci NCIS 16 (23, 24)	11.00 Otchłań namiętności (70) – telen., Meksyk 2012	11.00 Sposób użycia 6 (15)	13.15 Trattoria – komedia, USA 2012, 90 min	10.25 Buntownik z wyboru – dramat psychologiczny, USA 1997, 160 min
20.30 Nade mną niebo, w dolinie ja – film obyczajowy, Słowacja/Czechy 2024, 95 min	12.50 Wszystkie stworzenia duże i małe 2 (4) – obycz.	12.00 Za wszelką cenę (40)	11.30 Sposób użycia (1) – kom.	14.45 Talea – dramat obycz., Austria 2013, 90 min	13.05 Cudowna studnia – baśń film., Wł./USA 2023, 135 min
22.05 Nikt mnie nie kocha – dram. psychol., Czechy/Fr./Słowacja 2024, 110 min	13.45 Rodzina Hardacre'ów (1)	13.00 List pożegnany (45)	12.00 Wszyscy kochają Raymonda 7 (6-9) – kom.	16.15 Rzycaça otchłań	15.20 Plan B – komedia romant., USA 2010, 130 min
23.55 Obsługiwałem angielskiego króla – komedia, 2006, 120 min	14.50 Panna Marple: Zwierciadło pęka w odłamków stos – film kryminalny, Wielka Brytania 2011, 115 min	14.00 Class 95 (42, 43) – telen.	14.00 Diabli nadal 5 (23-25)	17.55 Robin Hood: Początek – przyg., USA/Hongkong/Chorwacja 2018, 125 min	17.30 Chłopięcy świat – dramat obyczajowy, 1993, 150 min
1.55 Bez odwrotu – film obyczajowy, 2025, 100 min	16.45 Agenci NCIS 17 (1, 2)	16.00 List pożegnany (46)	15.30 Diabli nadal 6 (1) – kom.	20.00 Tomb Raider – przyg., Wlk. Bryt./USA 2018, 150 min	22.30 Świat w ogniu – film sensacyjny, 2019, 140 min
3.35 Clodagh – film krótkometr.	21.00 Sherlock i córka (8)	17.00 Za wszelką cenę (41)	16.00 Simpsonowie 32 (13-16)	0.50 Dynastia Tudorów (5, 6)	2.55 Ostatni giniarz – kom. krym., 2019, 110 min
	22.00 Robin Hood (8) – przyg.	18.00 Otchłań namiętności (71) – telen., Meksyk 2012	18.00 Jak poznałem waszą matkę 6 (4-6) – serial kom.		
	23.10 Wiedeński krew 3 (3)	19.00 Dziedziczka (60) – telen.	19.30 Współczesna rodzina 2 (7-9) – kom., USA 2010-2011		
	1.05 Lekarze na start (16)	21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (5, 3) – serial animowany dla dorosłych	22.00 Bad Boys – komedia sensacyjna, 1995, 140 min		
		22.00 List pożegnany (46)	0.20 Genialna Morgane 3 (2)		
		23.00 Za wszelką cenę (41)			
		0.00 Otchłań namiętności (71) – telen., Meksyk 2012			
		1.00 Dziedziczka (60) – telen.			

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD

10.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – bouldering kobiet

11.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – bouldering mężczyzn

12.00 Formuła E: ePrix Niemiec – podsumowanie

13.00 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Yongpyong – cross-country kobiet

14.00 Cycling Show – mag.

14.30 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina: Padrón – A Corona

15.30 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 4. etap: Monforte de Lemos – Antas de Ulla

17.45 Cycling Show – mag.

POLSAT SPORT 1 HD

6.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off

9.00 Polsat Futbol Cast – magazyn piłkarski

10.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off

11.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 1. rundy gry pojedynczej

13.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – 1. runda

15.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – 1. runda

17.15 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – Resovia – Projekt 1 mecz finałowy fazy play-off: Bogdanka LUK Lublin – Aluron CMC Warta Zawiercie

CANAL+ SPORT HD

8.00 Premier League Review – mag.

9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Osasuna – Barcelona

11.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Pogoń Skrzeczin – Wisła Plock

13.30 Ekstraklasa po godzinach – mag.

14.40 Premier League Review – mag.

15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Villarreal CF – Levante

18.00 Premier League Netbusters – mag.

18.30 Jej Wysokość Premier League – magazyn piłkarski

20.00 Premier League Stories (39) – mag.

TVP SPORT HD

5.30 Sportowy wieczór

6.05 Lekkoatletyka: MS sztafet – Gaborone 2026 – 2. dzień

8.10 Piłka nożna kobiet: ORLEN Ekstraliga – mecz: Pogoń – Czarni

10.15 Piłka kobiet (8)

11.20 Zużel: Indywidualne MP – challenge w Świętochłowicach

13.25 Retro TVP Sport (171) – mag. sportowy

15.25 Pełnosprawni (650) – mag.

15.55 Lekkoatletyka: Mistrzostwa Świata sztafet – Gaborone 2026 – podsumowanie

17.55 Futsal: FOGO Futsal Ekstraklasa – mecz fazy play-off

ELEVEN SPORTS 1 HD

6.45 Pierwszy tytuł Kloppa – film dokum.

7.40 Najlepsze gole Schalke 04 – mag.

8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – BVB

10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Espanyol – Real Madryt

12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus FC – Hellas Werona

14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk

16.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Sassuolo Calcio – AC Milan

18.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Valencia CF – Atletico Madryt

Discovery DISCOVERY CHANNEL HD

6.00 Fani czterech kólek

7.00 Na krańcu Alaski

8.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 4 – serial dok.

9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów

10.00 Klan z Alaski – dok.

11.00 Złoto drwali (6)

12.00 Fani czterech kólek

13.00 Nagi instynkt przetrwania 9 – dok.

15.00 Złomowisko PL 2 (2) – serial dok., Pol. 2016

16.00 Fukushima: dni, które wstrząsnęły światem (2) – dok.

17.00 Nic do zgłoszenia (2) – serial dok., Pol. 2019

18.00 Truckerki (3) – dok.

19.00 Złomowisko PL (3-5) – serial dok., Pol. 2021



WSPINACZKA

18.15 Zawody World Series w Keqiao – bouldering kobiet

Za jedną z faworytek zmagani w Chinach uchodziła specjalizująca się w tej konkurencji Oriane Bertone.

19.00 Szmierka: Grand Prix Seulu

20.00 Snooker: Mistrzostwa Świata w Sheffield – mecz finałowy

22.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 4. etap: Monforte de Lemos – Antas de Ulla

0.00 Formuła E: ePrix Niemiec

SIATKÓWKA MEŻCZYZN

19.45 PlusLiga: Bogdanka LUK Lublin – Warta

Czwarte spotkanie finału we odbędzie się tylko wówczas, gdy żadnej z drużyn nie uda się wygrać trzech pierwszych spotkań w serii. W finale rywalizacja trwa do trzech zwycięstw.

23.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off

1.00 Hokej: MS Dwyizyj 1A – Sosnowiec 2026: Kazachstan – Polska

2.25 Piłka nożna: Copa Sudamericana – mecz: Botafogo – Racing

MAGAZYN SPORTOWY

20.35 Wysoki Pressing Prowadzony w lekkiej formule telewizyjnego programu poświęconego piłce nożnej. Wśród gospodarzy Daria Kabała-Malarz.

22.10 Boks: BKFC Fight Night: Honolulu – waga średnia: Maki Pitolo – Doug Coltrane

23.10 Premier League Netbusters – magazyn piłkarski

23.40 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia – Widzew Łódź

2.00 Boks: BKFC Blood 4: Blood: Daytona Beach

PIŁKA NOŻNA

20.00 Liga Mistrzów UEFA – półfinał

Spotkanie między Bayernem i Paris Saint-Germain przez wielu nazywane jest przedwczesnym finałem.

23.20 Piłka nożna: Liga Mistrzów UEFA – skróty

0.40 Piłka nożna kobiet: Liga hiszpańska: Barcelona – Levante

2.30 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie

4.00 Koszykówka mężczyzn: NBA – mecz fazy play-off

MAGAZYN PIŁKARSKI

20.00 Full Impact (35) Porcja najnowszych informacji z boisk włoskiej Serie A. Fani całego mogą liczyć m.in. na dogłębną analizę meczów minionej kolejki.

22.40 Formuła 1: GP Miami

22.40 Ligue 1 Show (32)

23.15 Bundesliga Special (19) – mag. piłkarski

23.45 Dani Carvajal – serce wojownika

0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Heidenheim

2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Pisa – Lecce

4.00 Miguel Soler

DISCOVERY LIFE HD

22.00 Nagi instynkt przetrwania 12

Na terenie parku Everglades na Florydzie panuje dotkliwa susza, a zapasy wody pitnej szybko się wyczerpują. Jeden z uczestników decyduje się na ekstremalny ruch.

0.00 Fani czterech kólek: w trasie – serial dok.

1.00 Zoom na architekturę 6

2.00 Militaria na warsztat (10) – serial dokumentalny

3.00 Królowie asfaltu (7)

4.00 A2 – autostrada na Zachód (20) – dok.

EUROSPORT 2 HD

11.30 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 3. etap

13.00 Lekkoatletyka: Maraton w Paryżu

15.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao

17.00 Formuła E: ePrix Niemiec – podsumowanie

18.00 Snooker: MS w Sheffield – mecz finałowy

20.00 Cycling Show – mag.

20.30 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina

22.00 Discovery golf – mag.

22.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao

0.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 4. etap

POLSAT SPORT 2 HD

11.00 Siatkówka mężczyzn: PLS 1. liga – 3. mecz o 3. miejsce

13.00 Siatkówka mężczyzn: PLS 1. liga – 3 mecz finałowy fazy play-off

15.00 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzów – mecz finałowy

17.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 1. rundy gry pojedynczej

18.55 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga

21.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 1. rundy

23.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 1. rundy

1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD

10.30 8 wspaniałych (3) – dok.

11.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 1. rundy

13.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 1. rundy

15.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 1. rundy

17.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 1. rundy

19.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 1. rundy

21.15 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 1. rundy

23.30 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 1. rundy

1.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Legia Warszawa

EXTREME CHANNEL HD

11.00 X Games – Aspen 2021

12.00 Blue World 4 (10, 11)

13.00 Nomads Seeking Adventure (3, 4)

14.00 WWE Classic Gold

16.15 WWE Highlights (9)

17.00 KPW Kombat TV (8)

18.00 New Japan Wrestling – Highlights (24, 25)

18.40 WWE Highlights (27)

19.00 Ultimate Strongman (2)

20.00 AEW Dynamite (26:17)

22.00 PTW Underground (4)

23.15 WWE Highlights (26)

0.00 New Japan Wrestling – Highlights (27, 28)

1.00 Nomads Seeking Adventure (3, 4)

ELEVEN SPORTS 2 HD

14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Parma Calcio 1913

16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – BVB

18.00 Ligue 1 Show (32) – mag.

18.30 Bundesliga Special (19)

19.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Hellas

21.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: RCD Espanyol – Real Madryt CF

23.00 Full Impact (35) – mag.

23.30 Bundesliga Clubs – mag.

23.45 Bundesliga Clubs – mag.

0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – FC Lorient

DISCOVERY LIFE HD

7.15 Nowa Maja w ogrodzie 5 (26, 27)

8.15 Szpital (471, 472)

10.15 Nowa Maja w ogrodzie 5 (23, 24)

11.15 Idealna niania 7 (8, 9)

12.45 Klinika bez tajemnic

14.15 Wyjadadce (9) – pr. rozr.

16.45 Idealna niania 7 (6, 8-10)

19.45 Zrób coś z tym dzieckiem (2) – mag.

20.15 Kilogramy do szczęścia

21.15 Nie do uwierzenia! 5

0.15 Sekrety lekarzy (12)

1.15 Wyjadadce (9) – pr. rozr.

2.15 Związki z modą 3 (2)

3.15 Szpital (405, 406)

5.15 Klinika urody (6) – mag.

POLSAT SPORT FIGHT HD

13.45 Sporty walki: Babilon MMA 52 w Nowym Targu – waga lekka: K. Mendlewski – M. Skrzek

15.55 Z archiwum ESPN – mag.

16.40 Boks: Babilon Boxing Show w Ożarowie Mazowieckim – waga superlekka: A. Jedrzycki – H. Connart

19.10 Ateci – magazyn sportowy

19.35 Sporty walki: UFC 322 – walka: Valentina Shevchenko – Weili Zhang

20.25 Sporty walki: UFC 323: M. Dvalishvili – P. Yan 2

22.50 Boks: Rocky Boxing Night w Koszalinie – waga ciężka: K. Meyna – A. Kownacki

POLSAT SPORT 3 HD

6.00 Hokej: Mistrzostwa Świata Dwyizyj 1A – Sosnowiec 2026

8.30 Piłka nożna z archiwum

11.00 Hokej: Mistrzostwa Świata Dwyizyj 1A – Sosnowiec 2026

14.00 Piłka nożna z archiwum

16.00 Hokej: MS Dwyizyj 1A – Sosnowiec 2026

19.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 1. rundy

21.00 Hokej: MS Dwyizyj 1A – Sosnowiec 2026

23.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga

1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD

9.30 Liga: Extra – mag.

11.30 Zużel: Metalikas 2. Ekstraliga – mecz: Arged – Polonia Bydgoszcz

14.15 Zużel: Metalikas 2. Ekstraliga – mecz: Cellfast – Zuzelia Bydgoszcz

17.00 Timbersport: Mistrzostwa Świata – Mediolan 2025 – zawody indywidualne

19.15 Magazyn PGE Ekstraliga

21.00 Zużel: PGE Ekstraliga – mecz: Falubaz – Włókniarz

23.45 Sporty walki: ONE Friday Fights 152

1.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: KGHM Ząbkie Lubin – Cracovia

ELEVEN SPORTS 4 HD

12.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Betis – Real Oviedo

14.00 Xabi Alonso – Architekt

15.10 Bundesliga Dino – dok.

16.00 Piłka nożna: Liga francuska: OGC Nice – Lens

18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Union – FC Köln

20.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Girona FC – RCD Mallorca

22.00 Eleven Go Live – mag.

23.10 Eleven Top Goals – mag.

0.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Famalicao – SL Benfica

2.00 Z archiwum LaLiga

ELEVEN SPORTS 3 HD

12.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: US Cremonese – SS Lazio

14.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Girona FC – RCD Mallorca

16.00 Ligue 1 Show (32) – mag.

16.30 Bundesliga Special (19)

17.00 Ligue 1 (32) – mag. piłkarski

17.30 Bundesliga (32) – mag.

18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Roma – Fiorentina

20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: St. Pauli – Mainz

22.00 Piłka nożna: Liga francuska: OGC Nice – Lens

0.00 Magazyn piłkarski

0.30 Werder Double – dok.

CANAL+ DOKUMENT HD

15.55 Kwiat ośmiu gór – dok.

17.20 Wschodnia Kanada – mroźna kraina – dok.

18.10 Igrzysk ze śmiercią. Alaska – życie na krańcach – film dok.

19.05 Ameryka kałczyńska: Tak daleko od Boga, tak blisko USA (3) – serial dok.

20.10 Tepui – wyprawa do domu bogów – dok.

21.10 Victor Wembanyama

22.50 Fenomen Taylor Swift – więcej niż gwiazda

23.50 Wielkie sławy i luksus. Historia Marrakeszu

0.40 Spowity tajemnicą

1.40 O co biega? (12) – mag.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	HISTORIA TVP HISTORIA DVB T2	HISTORIA HD
6.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3 – dok.	6.00 Mroczne piętno – serial dokumentalny	10.00 Sydney: Lotnisko pod kontrolą (3)	6.00 Wehikuł czasu (506)	6.05 Był taki dzień (554)	12.10 Gwiazdy lombardu 25 (4)
7.30 Zwyczajne rzeczy – niezwykle wynalazki 11 – dok.	8.00 Wywiad z mordercą 2 – dok.	11.00 Superlotnisko LaGuardia (3)	6.05 48h. Zaginięni (17) – serial krym., Polska	6.15 Wojownicy czasu	13.05 Starożytni kosmici 16 (16) – dok.
8.00 Jak działa wszechświat? – dok.	9.00 Wywiad z mordercą	12.00 Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu (9, 10) – serial dokum.	7.00 Byli sobie podróżnicy	8.05 Polskie drogi (6) – wojenny, Pol. 1976	14.00 Łowcy tajemnic (3)
11.00 Poszukiwacze dinozaurów – dok.	10.00 Zabójczy blond	14.00 Złapać przemytnika (7) – serial dok., USA	8.50 Wehikuł czasu (506)	9.35 Z matką w sercu – film dok., Pol. 1999	14.50 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (11) – serial dok., USA
12.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – program rozrywk.	11.00 Kłatwa serialu „Glee” – film dokum., USA 2023	15.00 Strzegąc granic (5, 6) – serial dokum.	9.00 Starożytni kosmici (3) – serial dok., USA	10.30 Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii – mag. hist.	15.45 Gwiazdy lombardu 12 (7)
13.00 Zoom na architekturę – serial dokumentalny	12.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet (14) – dok.	16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic (7) – dok.	12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy – serial dok.	11.05 Towarzystwo sekretarzy oraz inni dyktatorzy – dok.	16.15 Gwiazdy lombardu 25 (11) – reality show
15.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok.	14.00 Zbrodnie, które wstrząsnęły Ameryką 6 – dok.	17.00 Tajemnice zaginionych miast (4) – dok., USA 2023	13.00 Poszukiwacze historii (11, 12) – dok.	11.40 Wszystkie kolory świata – dok., Francja	17.10 Piątka z historii (3, 4) – serial dokum.
18.00 Zwyczajne rzeczy – niezwykle wynalazki 11 – dok.	16.00 Wielki szwindel – serial dok., Wlk. Bryt.	18.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (5)	14.00 Polowanie na Hitlera (7, 8) – dok.	12.40 Nieznana wojna na Północy 2 (1)	18.10 Największe tajemnice świata 5 (1) – serial dok., 2024
	18.00 W sieci kłamstw 3 – serial dokumentalny	19.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (5) – dok.	16.00 Dorwać tuńczyka (8, 9) – serial dok., USA	13.45 Królowie (8) – hist.	19.05 Starożytni kosmici 17 (6) – dok.
	20.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet (9) – serial dok.	20.00 Katastrofa w przestworzach (8)	18.00 Rolnicy. Podlasie (5, 6) – serial dokum.	14.20 Polskie drogi (7) – wojenny, Pol. 1977	20.00 Starożytni kosmici: geneza (2) – dok.
			20.00 Galileo 26 (21) – pr. popularnonaukowy	16.05 Sensacje XX wieku – program historyczny	
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	WOJENNY	DOKUMENTALNY
					
21.00 Ślady Wielkiej Stopy – USA 2019	21.00 Zbrodnie godne Hollywood 5	21.00 Uwaga, katastrofa! (5) – Kan. 2024	21.00 Maszyny bojowe (6) – Wielka Brytania 2018	18.00 Czas honoru (47) – Polska 2011	22.00 Jak to wyjaśnić? 5 (9) – USA 2025
Ekipa z pomocą najnowszej technologii rusza na poszukiwanie legendarnej istoty. Ekspedycja rozpoczyna się w lasach Oregonu. Natrafia na zagadkowe ślady.	Porucznik Joe Kenda wraca do jednego ze swoich najtrudniejszych śledstw. Krok po kroku odsłania kulisy sprawy, która na długo zapada mu w pamięć.	Upadek billboardu w Bombaju ma tragiczny finał. W Minnesocie dachy zawalają się pod ciężarem śniegu. Przeprawa w Pittsburghu osuwa się w przepaść.	Historia starcia z 1961 roku z berlińskiego Checkpoint Charlie. Radzieciki T-54 stają naprzeciw amerykańskim maszyn M-48 Patton.	Niemcy przeszukują dom Charzewicza. Zabierają gospodarza i jego żonę. Michałowski i Bogusłowski udaje się uciec.	Twórcy programu przyglądają się wydarzeniu, w którym krowa wpadła do stodoły przez dach oraz sprawie migających świateł widzialnych z ogrodu w Charlotte.
23.00 Zaginione miejsca (2) – serial dokumentalny, USA	22.00 Cztery łapy na służbie – dok.	22.00 Porzucone konstrukcje (5) – serial dok., Wlk. Bryt.	22.00 Polowanie na Hitlera (6, 7) – serial dokumentalny, USA 2017	19.00 Fake czy historia?	23.00 Seksualne obsesje dyktatorów (4) – dok.
1.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dokumentalny, USA	23.00 Żyjąc z potworem 10	23.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (4) – dok.	0.00 Starożytni kosmici 16 (13) – serial dokumentalny	19.40 Encyklopedia II wojny światowej	23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (4) – serial dok., USA
4.00 Zoom na architekturę – serial dokumentalny, USA 2019	0.00 Trójka zbrodni	0.00 Katastrofa w przestworzach (6)	1.00 Rolnicy. Podlasie (38-41) – serial dok.	20.05 Zatoką szpiegów 2 (17) – szpiegowski, Pol.	0.50 Starożytni kosmici: geneza (2) – dok.
	1.00 Zbrodnie godne Hollywood 5 – dok.	1.00 Alaska: Następne pokolenie (8, 9)	5.00 Kolowrotek (4, 5) – magazyn wędkarski	21.30 Islandia: na granicy zimnej wojny (2)	2.45 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (11) – serial dok., USA
	2.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet (9) – serial dok.			22.30 Enwver Hodża. Najmniej znany dyktator – dok.	3.40 Łowcy tajemnic (3)
				23.45 Sensacje XX wieku	
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
8.00 Na ratunek starcom	13.40 Patagonia. Życie na krańcu świata (3)	12.00 Królestwo drapieżników (2) – dok.	12.20 Lwie zasady (1) – przyrod.	12.10 Planeta Ziemia 3 (1)	13.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok.
9.00 Perełki na warsztat	14.45 Jak przetrwać w Australii (3) – serial dok.	13.00 Najdziwniejsze cuda ewolucji (3) – serial dok.	13.30 Tygrysy: dziedzictwo (2)	13.25 Wędrowki z dinozaurami (3) – dok.	14.00 Resocjalizacja z pitbullem – serial dok.
11.00 Przekłète złoto – dok.	15.50 Niezwykłe podróże koleją (3) – serial dok., Fr.	14.00 Sekretne życie pingwinów (3) – dok.	14.35 Rodzina gepardów (1)	14.25 W okowach mrozu: Odwili (1) – serial dok.	15.00 Kot z piekła rodem 8
13.00 Skarby z szopy (22, 23)	16.55 Dokąd dzisia? 4	15.00 Najgroźniejsze węże świata (3) – serial dokum.	15.50 W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem (1) – serial dokum.	15.25 Życie na pustkowiu 11	17.00 Pokochaj koty – przyrod.
14.00 Łowcy staroci (12, 13)	18.15 Świat z góry 11 (4) – dok.	16.00 Olsnięjąca Ameryka: Tajemnica Kaskadia (2)	16.55 Rzeczne potwory 8 (3)	16.25 Brytyjskie fabryki 10 (1)	18.00 Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok.
16.00 Skarby z szopy (24, 25)	19.45 Hannu – zaklinacz rysy	17.00 Dorastanie w świecie zwierząt – serial dok., USA	18.00 Australijskie poławiacze homarów 5 (3) – dok.	17.30 Skarby przeszłości i ich tajemnice (4) – serial dok.	19.00 Mieszkanie na pniu
17.00 Militaria na warsztat (10) – serial dokum., Niemcy	19.45 Życie i śmierć z kosmosu – film dok., Fr.	18.00 Dzikie miejsca Europy	19.00 W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem (1) – serial dokum.	18.35 Planeta Ziemia 3 (6)	20.00 Poznajcie pingwiny
18.00 Gra o skarb – serial dok.	20.50 Niezwykłe podróże koleją 12 (4) – serial dok.	19.00 Walki zwierząt (7) – dok.	20.05 Lwie zasady (2) – przyrod.	19.45 Imperium brytyjskie (3)	21.00 Klan z Alaski – serial dok.
20.00 Kosmici na Alasce (2, 3)	22.00 Kongo. Kraina zbrodni	20.00 Niszczące żywioły	21.15 Rekin alfa – film dokum.	20.55 Życie na pustkowiu 11 (8) – serial dok., Wlk. Bryt.	22.00 Projekt akwarium – dok.
22.00 Skarby z szopy (9, 10)	23.10 Cel: zatrzymać ludobójstwo (2) – dok.	21.00 Niezwykły dr Pol	22.20 Twarzą w twarz (1) – serial dok., Francja 2024	21.55 W okowach mrozu: Odwili (2) – serial dok.	23.00 Resocjalizacja z pitbullem – serial dok.
23.00 Śmierć Diany: dwa siedzтва (3) – serial dok.	0.20 Niezwykłe podróże koleją (4) – serial dok., Fr.	2.00 Chiny: ukryte królestwa (3)	23.25 Rekin! (1) – dok., Wlk. Bryt.	22.55 Brytyjskie fabryki 10 (2)	0.00 Supermoje malych stworzeń – serial dok.
0.00 Zoom na architekturę: Siedem cudów świata			0.25 Rzeczne potwory 8 (3)	0.05 Jak budowano imperia 4 (5) – serial dok.	1.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok.
2.00 Pierwsze damy PRL (5, 6)					
3.00 Pasja – sposób na życie					
4.00 Mikroprzygoda (7) – dok.					
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
16.00 Dobre wieści z planety Ziemia (1) – cykl dokum.	10.15 Polacy za granicą (5, 6)	10.05 Katastrofy w przestworzach (2)	13.35 Naziści: korzenie zła (3)	14.10 Prawda leży pod ziemią 2 (3) – serial dok.	8.05 Niezwykłe Stany Prokopa (10, 11) – pr. rozr.
17.05 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (3) – serial dok.	12.15 Wojny kontenerowe	11.15 Australijskie poszukiwacze złota 4	14.30 II wojna światowa: końcówka (2) – serial dok.	15.05 Zbrodnia po angielsku	9.10 COOL turyści (1, 2) – rozr.
18.00 Niepoprawny Belmonto (1) – film dokumentalny, Fr.	13.20 Poszukiwacze historii	13.10 Złoto Jukonu (3) – dok.	15.35 Linia frontu (4) – dok.	16.00 Szokujące mordstwa: Kalifornia 3 (10) – dok.	10.10 Kobieta na krańcu świata (8, 1-3) – dok., Pol.
19.05 Wypada Świętej Heleny	14.15 Walka o światową dominację – film dokum.	14.10 Australijskie poszukiwacze złota 9	16.50 Tajne bazy nazistów 4	17.00 Mistrzowie zbrodni 2 (9)	12.50 Ciepłarówka przez Stany
20.10 Wędrowki szlakami granicznymi (3) – cykl dok.	15.25 Poszukiwacze historii	16.10 Australijskie poszukiwacze złota: na ratunek kopalniom Złoto Jukonu 2 – dok.	17.50 II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie (7) – serial dok.	18.00 Prawda leży pod ziemią 2 (8) – serial dok.	14.35 Smakuj świat z Pascalem (1-4)
21.05 Taniec z rosyjskim niedźwiedziem (4) – dok.	16.55 Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności	18.00 Złoto Jukonu 2 – dok.	18.55 Punkty zwrotne II wojny światowej (5)	19.00 Łowca morderców (3)	17.00 Szokujące potrawy (1, 2)
22.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn	18.50 Policjanci (17, 18) – dok.	19.00 Australijskie poszukiwacze złota 10	20.00 Naziści: korzenie zła (3)	20.00 Tajemnica mojej śmierci	19.00 Bajeczne smaki Indonezji – dok., Indonezja
22.20 Pułapki mediów społecznościowych	19.50 Prawdziwe złoty. Ludzie, którzy stworzyli nazizm	21.00 W złej sprawie (4) – dok.	21.00 Ramzes: władca Egiptu	21.00 Nastoletnie polskie zabójczynie (5, 4) – dok.	20.00 Chiny według Jarka Nowaka – film dok., Pol.
23.25 Tajemnice miejsc zbrodni (3) – serial dok., Fr.	22.00 Naziści – wcielone zło	22.00 Tytani KSW (1) – film dok.	22.00 Aleksander Wielki: legendarny zdobywca	22.00 28 mil, by zabić (2) – serial kryminalny	21.05 Bimbrownicy (13, 14)
	23.55 Łowcy nazistów (6)	22.55 Special Ops: Prawda	23.00 Wojny faraonów (3)	23.00 Ferie, impreza, morderstwo 2 (8) – dok.	23.10 Kobieta na krańcu świata (5-7) – serial dok.
	1.00 Przepięczone podziemie	0.10 Australijskie poszukiwacze złota 10	0.15 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (3)	23.55 Nastoletnie polskie zabójczynie (5, 4) – dok.	0.55 Szokujące potrawy (1, 2)
					3.00 Bimbrownicy (13, 14)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TWN STYLE HD
14.00 Śladami ojca – film dokum., Polska 2025	6.10 Zakochaj się w Polsce (188) – mag.	6.00 Oszukane (14, 15) – serial paradokum.	6.00 Strażnik Teksasu (19, 20) – serial sens.	6.00 Strażnik Teksasu (19, 20) – serial sens.	7.20 Ukryta prawda (1175) – paradow., Pol.	5.30 Czas na zmianę (3) – reality show
15.00 Serwis Info – pr. inf.	6.40 Gra słów.	8.00 Komisarz Mama (10) – serial krym., Polska	7.55 Bogaty dom – biedny dom (105)	7.55 Bogaty dom – biedny dom (105)	8.20 Kartoteka 8 (15, 16)	6.00 Damy i wieśniaczki. Litwa (19, 20) – program rozrywkowy
15.10 Zakochaj się w Polsce (179) – mag.	7.10 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.	9.00 Drugie życie sukni ślubnej (14) – program rozrywkowy	8.55 Policjantki i Policjanci (418, 419)	8.55 Policjantki i Policjanci (418, 419)	10.30 Detektywi (222, 312)	7.45 Złoty remont (7) – program rozrywkowy
15.35 Zaginione? Ocalone? Historie zawodów różnych	8.15 Familiada – telet.	9.30 Hell's Kitchen	10.55 Na ratunek 112 (1159, 458) – paradow.	10.55 Na ratunek 112 (1159, 458) – paradow.	12.30 Zakup w ciemno 2 (39) – reality show	8.45 Pojedynek na podróże (3) – program rozrywkowy
16.00 Zaraz wracam 2 (80)	8.50 Va banque (1035)	9.30 Hell's Kitchen	11.55 Dlaczego ja? (1565, 1566) – paradow.	11.55 Dlaczego ja? (1565, 1566) – paradow.	13.30 Zakup w ciemno 7 (37) – reality show	9.50 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (10, 1) – reality show
16.30 Barwy szczęścia (3303) – serial obycz.	9.25 Koło fortuny (1980)	12.30 Bogaty dom – biedny dom (126, 127) – reality show, Polska	13.55 Trudne sprawy (1073-1075) – paradow.	13.55 Trudne sprawy (1073-1075) – paradow.	14.30 Kartoteka 3 (9, 10)	11.25 Ugotowani (11, 12) – program kulinarno-rozrywkowy
17.00 Telexpress	9.55 Program rozrywkowy	14.30 Kolacja w ciemno (39, 40) – pr. rozrywk.	16.55 Łowcy skarbow. Kto da więcej? (520)	16.55 Łowcy skarbow. Kto da więcej? (520)	16.45 Express – pr. inform.	13.30 Kuchenne rewolucje (5, 6) – program rozrywkowy
17.20 Gra słów.	10.05 Makłowicz w podróży – mag.	16.30 Hell's Kitchen	18.00 Policjantki i Policjanci (1417, 1418) – obycz.	18.00 Policjantki i Policjanci (1417, 1418) – obycz.	16.58 Pogoda, sport	15.35 Jestem z Polski (13, 12) – serial dok.
17.50 Telexpress Extra	10.45 Postaw na milion	18.00 Nasz nowy dom (282, 283) – reality show, Polska	20.00 Uroczysko (247)	20.00 Uroczysko (247)	17.05 Idź na całość 2 (1)	
18.15 Waldemar Milewicz – ze śmiecią twarzą w twarz	12.35 Familiada – telet.		20.30 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1026)	20.30 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1026)	18.05 Zakup w ciemno extra (41)	
18.45 Panorama	13.15 Noce i dnie (5)				18.45 Damy i wieśniaczki. PL 8 (4) – fab.-dok.	
19.20 Polacy światu	14.15 Rodzinka.pl (146)				19.45 Express – pr. inform.	
19.30 Program informacyjny 19.30	14.50 Program rozrywkowy				20.05 Zakup w ciemno 7 (39) – reality show	
	15.15 The Voice Kids 9 (15)				21.05 Zakup w ciemno extra (39)	
	17.25 Va banque (1036)				21.45 Express – pr. inform.	
	18.00 Koło fortuny (1981)					



OBYCZAJOWY	MAGAZYN KULINARNY	DOKUMENTALNY	KRYMINALNY	ROZRYWKOWY	ROZRYWKOWY
20.25 Dom nad rozlewiskiem (1, 2)	18.40 Okrasa lamie przepisy	20.00 Ani słowa pannie młodej (1, 2)	21.30 Sprawiedliwi. Trójmiasto (143)	22.00 Idź na całość 2 (24)	17.45 Kuchenne rewolucje (7-9)
Magorzata pracuje w agencji reklamowej i jest pochłonięta karierą. Pewnego dnia prezes firmy zwalnia ją, co zbiera się z poważnymi problemami w życiu osobistym.	Karol zaprezentuje widzom przepisy na jagodzianki, salatki z pieczonych buraków z sałsa i wędzonym lososiem oraz żupę na słono.	Naręczona powierza wybrankowi odpowiedzialność za organizację wyjątkowego dnia. Mężczyzna ma 50 000 zł i tylko trzy tygodnie, by wszystko przygotować.	Katia zgłasza, że przestępca groził jej partnerowi. Serafin i Osica znajdują porzucony samochód mężczyzny oraz dowody sugerujące próbę zatarcia śladów zbrodni.	Uczestnicy mogą wygrać niemal trzy miliony złotych. W każdym odcinku podejmują ryzyko i próbują uniknąć zgonka. Prowadzą Zygmunt Chajzer i Robert Motyka.	Magda Gessler pomaga ocalić Bar na Szybkiej. Przez pewien czas stłowił się tam pracownicy biurowca. Gdy ich firma zmieniała siedzibę, jadalnia opustoszała.
22.15 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publ.	19.45 Makłowicz w podróży – mag.	22.00 Ambulans (2) – dok.	22.40 Witajcie w dżungli	0.00 Nic do zgłoszenia 3 (6) – serial dokum., Pol.	20.50 Do zobaczenia 2 (5, 9) – magazyn
23.00 Słowo daje! – mag.	20.20 Postaw na milion	23.00 Gry małżeńskie (128) – reality show	FILM	1.00 Życie na kredycie 8 (17, 18) – reality show	21.50 Jestem z Polski (1, 3) – serial dok., Pol. 2018
23.15 Panorama	22.10 Rodzinka.pl (30)	0.00 Love Island. Wyspa miłości (322, 323) – reality show	0.50 Love Island. Wyspa miłości (35)	2.10 Dobra robota (1) – serial dok., Pol. 2022	23.45 Hotel Paradise 12 (39) – reality show
23.45 Magazyn Ekspresu Reporterów	22.50 Sanatorium miłości 8 (7)	2.00 Gry małżeńskie (129, 130)	1.55 Hardkorowy lombard (153, 154)	3.10 Detektywi.	0.45 40 kontra 20 (13, 14) – reality show
0.40 Zaraz wracam 2 (80) – serial obycz., Polska	23.50 Kabaretomaniacy (23) – pr. rozrywk.	4.00 Zdrady (30, 31) – serial paradokum.	2.55 Śmierć na 1000 sposobów (9) – dok.	Na zlecenie 2 (8, 9) – serial fab.-dokum.	2.40 Apetyt na miłość (6)
1.10 Stacja innowacja (18) – naukowy	0.40 Koło fortuny (1981, 1975) – telet.		3.25 Lubię disco! (267)		3.45 Dieta czy cud? (6)

TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD
10.45 Gra słów. Krzyżówka	12.25 Muzyczne dzień dobry	8.00 Strażnik Teksasu 6 (24, 25) – serial sensacyjny	13.00 Dr Pryszczyla 3 – dok.	14.25 ABC gotowania – kuchnia meksykańska	13.00 Zawodowi handlarze
11.20 Na sygnale (533, 534)	13.30 Emeryci na tropie	10.00 MacGyver (3, 4) – sens.	15.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 (8) – reality show	14.50 Kucharskiego pomysłu na kuchnię (2, 3) – mag.	14.30 Wojny samochodowe
12.25 Ojciec Mateusz 2 (14)	14.40 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.	12.15 Pułapki umysłu – dok.	16.00 Historie wielkiej wagi – dalsze losy – serial dok.	15.45 Tajemnice indyjskich smaków (10) – serial dok.	16.30 Jeździć, obserwowac
13.20 Komisarz Alex 7 (88)	15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	13.25 Dynamo: Więcej niż magia (3) – dok., Wlk. Bryt.	18.00 Kilogramy zbędnej skóry 3 – serial dok., USA	16.15 Włoska kuchnia Gino: Piekno tradycji (1) – dok.	18.00 Raport Turbo – mag. inf.
14.15 Ranczo 5 (61, 62) – obycz.	16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria	14.25 Sensacje XX wieku (5, 6)	19.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 5	16.40 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (4, 1) – dok.	18.15 Zawodowi handlarze
16.10 Super Gary. Gotuj z Bosacka! (8) – mag.	17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	16.45 Wojciech Czerwinski – boso przez świat	20.00 Kilogramy do szczęścia 2	18.30 Nie bój ryby! 2 (4) – mag.	19.00 Naprawy nie do naprawy (5) – mag.
16.40 Operacja zdrowie (71)	18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.	19.00 Strażnik Teksasu 7 (1, 2)	22.00 Transplantacja: drugie życie – serial dokum.	18.55 Zgrillowani 3 (8) – mag.	19.45 Uwaga! Oszust: Sclerna z ogłoszenia (8) – pr. rozr.
17.10 Okrasa lamie przepisy	19.50 Kino TVS: Film fabularny – 225 min	21.05 Hity polskiego kabaretu 7 (4) – pr. rozr.	23.00 Klinika koszarnej stopy – serial dokum., USA	19.25 M jak mięso (9, 10) – dok.	20.15 Jeździć, obserwowac
17.45 Makłowicz w podróży	23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	22.00 Kabaretu przeboje 3	0.00 Dr Pryszczyla 4 – dok.	20.15 Dzień dobry, obiad 2	21.00 Wojny samochodowe
18.20 Ojciec Mateusz 20 (256)	0.30 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.	23.00 Adam szuka Ewy VIP. Holandia (3) – pr. rozrywk.	1.00 Kilogramy do szczęścia 2	21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10	22.00 Raport Turbo – mag. inf.
19.20 Ranczo 7 (91) – obycz., Pol.		0.05 Magia nagości. Polska 3		23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11	22.15 Duda kontra Szafrański
20.10 Rodzinka.pl (215, 216)		1.20 Magia nagości 2 (10)			23.00 Moto klab (10) – mag.
21.25 Ojciec Mateusz 32 (411)		2.30 I love kabaret (1-3) – rozr.			23.45 2 drugie ręki (14) – mag.
22.20 Krew za krew – western, FILM USA 2006, 120 min					0.25 Usterka 16 (21) – fab.-dok.
0.20 Czas patriotów – film sens., USA 1992, 125 min					0.55 Wojny samochodowe

NOVA TV	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO HD	HGTV
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (6) – kom., Pol.	8.35 Szpital (695, 696)	11.35 Koszalińska Arena	10.55 Porzucone budowle 7 (3)	11.55 Mały metraż – w wielkim stylu 2 (6, 7)	13.00 Zbudujemy fajny dom 2
10.00 Miodowe lata (29) – kom.	10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (3, 4)	12.00 Komików 2025 (3) – rozr.	12.00 Wariaci za kierownicą	12.50 Gardeners' World 14	13.55 House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (2, 3) – pr. rozr.
10.30 Więzienie (44-46) – dok.	12.35 Szkoła (679) – paradow.	12.40 Winnice miłości (45)	13.00 Makłowicz w podróży	14.00 Cudotwórcy 7 (11) – mag.	15.05 Mieszkanie na miarę 4
12.00 Poirot (3, 4) – serial krym.	13.35 Przepis na życie 4 (3)	13.55 77 TV 5 (1) – pr. rozrywk.	14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (18, 12, 13)	15.00 Wakacyjne domy na wynajem (18) – dok.	16.00 Mieszkanie na miarę (1)
14.00 Świat według Kiepskich (568, 569) – serial kom., Pol.	14.35 Zapukaj do moich drzwi (131) – telen., Turcja 2020	14.55 Niezwykły dr Pol (25, 26)	16.58 Pogoda (3)	15.55 Meblokrecja 4 (10, 11)	17.00 Polowanie na ogród 3
15.00 Świat według Bundych (238-243) – serial kom., USA	15.40 The Floor (15, 16) – telet.	16.55 77 TV 5 (13) – pr. rozrywk.	17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 2 (3)	16.50 Gardeners' World 14 (26)	18.10 Prawdziwi ludzie, prawdziwe remonty
18.00 Calkiem nowe lata miodowe (3) – kom., Pol.	17.00 Cieżarówka przez Afrykę (5) – serial dokum.	17.55 Wojciech Czerwinski – boso przez świat	19.00 Strażacy z sąsiedztwa 2 (2) – serial dok., Polska 2026	18.00 Uczeczka na wieś 25 (17)	19.05 Weekendowa metamorfoza 2 (6) – rozr.
18.30 Miodowe lata (4-7)	18.00 Prawo Agaty 3 (11)	18.55 Morderstwa w Paryżu 9 (8) – serial kryminalny, Fr.	20.00 Policjanci z sąsiedztwa 4 (7) – dok.	19.00 Wielkie projekty: nasza ulica 3 (3) – dok., Wlk. Bryt.	20.05 Dorota inspiruje 2 (6)
21.00 Zdrady (86) – paradow., Pol.	19.00 Kartoteka 9 (13, 15)	19.58 Czas na pogodę – pr. inf.	21.00 Policjanci w akcji (10)	20.00 Daleko od miasta 14	21.00 Dorota was urządził!
22.00 Ślad (81, 82, 88) – krym.	21.05 Kryminalni (8, 9) – krym.	20.00 Morderstwa w Paryżu 9 (9) – serial kryminalny, Fr.	21.58 Pogoda (3)	21.00 Cudotwórcy 7 (12) – mag.	22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 (1-4) – pr. rozr.
1.00 Łowca pedofilów	23.20 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (4) – krym.	21.20 Morderstwa we Francji	22.00 Mistrzowie Kabaretu 15	22.00 Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 9 (8)	0.40 Kupujemy dom na plaży 26 (11, 12) – dok.
3.00 TV okazje (87, 88)	0.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8 (5) – dok.	FILM	22.00 Mistrzowie Kabaretu 12	22.30 Przekopimy Ci ogródek – serial dokum.	
3.50 Wehikuł czasu (506, 505)	1.20 Szpital (691) – paradow.	2017, 125 min	0.00 Mistrzowie Kabaretu 9		
4.00 Sala operacyjna 4 (1, 4)		23.25 Polska. Największe tajemnice 2 (2, 3) – rozr.	0.55 Mistrzowie Kabaretu 5		

POLSAT 2 HD		SUPER POLSAT DVB T2		TV 6 DVB T		BBC FIRST HD		STACJE DZIECIĘCE		STACJE INFORMACYJNE																																																																																																																																																																																										
PARADOKUMENTALNY		THRILLER		SENSACYJNY		KRYMINALNY		MAGAZYN		MAGAZYN																																																																																																																																																																																										
5.50 Wydarzenia	6.05 Wydarzenia	6.00 Więzienie (184, 185) – serial dok., Pol. 2025	6.00 Zagadki doktora Blake'a 2 (10) – krym.	10.20 Bolek i Lolek na Dzikim Zachodzie (5, 6)	8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody	6.30 Nasz nowy dom (246) – reality show	6.45 SuperLudzie Extra (61) – magazyn	6.55 Policjanci i Policjanci (617, 618) – serial obycz., Polska	6.55 My Life is Murder 2 (3, 4) – serial krym.	9.55 Biznes – pr. publicyst.	10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody	7.30 Na ratunek 112 (835, 836) – serial paradok., Pol. 2023	6.55 Na ratunek 112 (621, 622) – paradok.	8.00 Doktor Martin (45, 46) – serial obycz.	8.55 Kobra – oddział specjalny (161, 162) – serial sens., Niemcy	8.40 Lewis 7 (6) – krym.	9.40 Ojciec Brown 9 (8) – krym., Wlk. Bryt. 2021	10.45 Pamiętnik Florki	11.05 Małe i duże przygody Miffy 2	10.55 Biznes – pr. publicyst.	11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody	11.30 Sekrety rodziny (246-248) – serial paradok., Pol. 2022	10.00 Wydarzenia	10.30 SuperLudzie 2 (23, 24) – serial dok.	11.30 Świat według Kiepskich (389-392)	11.35 Bitwa o palety (7)	14.30 Hell's Kitchen – Piękna Kuchnia 4 (34)	16.00 Ninja Warrior Polska (18)	17.55 Świat według Kiepskich (473, 474, 557, 558)	20.00 Złomiarze (19) – dok.	13.35 Policjanci i Policjanci (1153) – serial obycz., Polska	14.55 Kobra – oddział specjalny (163, 164) – serial sens., Niemcy	17.00 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (77) – serial sensacyjny	18.00 Strażnik Teksasu (21, 22) – serial sens.	12.55 London Kills (5)	13.55 London Kills 2 (1)	14.50 Ojciec Brown 3 (12)	15.50 My Life is Murder 2 (4) – serial kryminalny	17.50 Morderstwa w Midsomer 10 (9, 10) – serial krym.	19.55 Śmierć pod palmami 8 (5) – krym.	12.55 London Kills 2 (1)	14.50 Ojciec Brown 3 (12)	15.50 My Life is Murder 2 (4) – serial kryminalny	17.50 Morderstwa w Midsomer 10 (9, 10) – serial krym.	19.55 Śmierć pod palmami 8 (5) – krym.	13.20 Pszczółka Maja	13.50 Lupin wśród bajek	14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham (27, 28)	14.30 Świnka Peppa 8	14.40 Topo Gigio (29, 30)	15.10 Rozmowy na dwie głowy (6) – widowisko	13.20 Pszczółka Maja	13.50 Lupin wśród bajek	14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham (27, 28)	14.30 Świnka Peppa 8	14.40 Topo Gigio (29, 30)	15.10 Rozmowy na dwie głowy (6) – widowisko	15.15 Al-chemik (3)	AI opowiada ciekawostki związane z ogniem i opisyje, na czym polegają reakcje spalania. Przeprowadza również doświadczenie.	15.35 Księga Ksiąg 5 (67)	16.10 Kosmo-kumple	16.35 Ricky Zoom (81, 82)	17.05 Super Wings: Strażnicy Świata	17.30 Piotruś Królik	18.00 Nowe przygody Piotrusia Pana (17)	18.30 Luke, podróżnik w czasie (29, 30)	19.00 Dolina Muminków 3	19.25 44 Koty	22.00 Szkoła kontaktowe	23.00 Dzień po dniu – mag.	0.25 Biznes – pr. publicyst.	0.45 Fakty po Faktach	1.20 Kropka nad i – publ.	1.50 Tak jest – pr. publ.	2.50 Nowa Maja w ogrodzie – mag.	3.10 Akademia ogrodnika – mag.	3.20 Kropka nad i – publ.	3.50 Tak jest – pr. publ.	21.00 Polska i świat	Program Marty Kuligowskiej, który podsumowuje wydarzenia, budzące szczególne zainteresowanie wśród obywateli naszego kraju.	15.15 Al-chemik (3)	AI opowiada ciekawostki związane z ogniem i opisyje, na czym polegają reakcje spalania. Przeprowadza również doświadczenie.	15.35 Księga Ksiąg 5 (67)	16.10 Kosmo-kumple	16.35 Ricky Zoom (81, 82)	17.05 Super Wings: Strażnicy Świata	17.30 Piotruś Królik	18.00 Nowe przygody Piotrusia Pana (17)	18.30 Luke, podróżnik w czasie (29, 30)	19.00 Dolina Muminków 3	19.25 44 Koty	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 Debaty Gozdyry – publ.	21.50 Wydarzenia wieczorne	22.30 Dzień na świecie – pr. inf.	23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny	0.00 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.	12.50 Przepis dnia (14) – mag.	13.00 Na dobre i na złe (551)	13.55 Dzikie ogródki – dok., Francja	15.00 Piękno, zgłoś się! (1)	15.30 Ojciec Mateusz 25 (327, 328) – krym., Pol. 2021	17.30 Dzikie Australia	Zachodnia z Billem Baileyem (4) – serial dok.	18.30 Gabi Drzewiecka zaprasza (9) – talk-show	19.30 Miłość i nadzieja (235)	20.30 Wichrowe wznosze (216)	21.30 La Promesa – pałac tajemnic (224) – obycz.	22.30 Idź pod prąd – dramat	FILM biograf., Pol. 2024, 110 min	0.20 Kocham Cię, Polsko! (8)	8.00 Plastyczna fuzerka	9.50 Z kamerą u Kardashianów (13, 14)	11.40 Tyler Henry – medium z Hollywood – pr. rozrywk.	13.30 Plastyczna fuzerka	15.20 Z kamerą u Kardashianów (15, 16)	17.10 Tyler Henry – medium z Hollywood (1, 2) – rozr.	19.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.	19.30 Plastyczna fuzerka (11, 12) – serial dok., USA	21.30 Z kamerą u Kardashianów 15 (6, 7)	23.30 Tyler Henry – medium z Hollywood (3, 4) – rozr.	8.35 Pingwiny z Madagaskaru 3 (1)	9.00 Sąsiedzi (68) – serial anim.	9.10 Gwiazdy lombardu	11.05 Bogaty dom – biedny dom (115, 116)	13.00 Rodzina zastępcza (302, 303) – kom., Pol. 2008	15.00 Niezwykłe pociągi (5, 6)	17.05 Pingwiny z Madagaskaru (39)	17.35 Pingwiny z Madagaskaru 3 (1-3)	19.00 Rodzina zastępcza (261)	20.00 Miódowe lata (13, 14, 52)	22.00 Nasz nowy dom	0.05 Polowanie na nazistów (1/2, 2-ost.) – film dok., Fr.	10.45 Wielkie nowozelandzkie wypieki 2 (6, 7) – pr. rozr.	13.25 Domy gwiazd z Abbey Clancy (5) – pr. rozrywk.	14.25 Wielkie amerykańskie wypieki 5 (6) – pr. rozrywk.	15.20 Zapraszamy do stołu 22	17.30 Domy gwiazd z Abbey Clancy (6) – pr. rozrywk.	18.35 Mistrzowie szcya 9 (1)	19.45 Wielkie nowozelandzkie wypieki 2 (8) – pr. rozrywk.	21.00 Wielkie amerykańskie wypieki 5 (7) – pr. rozrywk.	22.00 Cała prawda o alkoholu (1) – film dok., Wlk. Bryt.	23.15 Wstydliwe choroby 6 (8)	0.20 Ratunek dla skóry 4 (11)	15.10 Baranek Shaun (17-19)	15.36 Język Happy (1, 2) – anim.	15.55 Mia i Kodus (18) – anim.	16.05 Mega Ekspres (7, 8)	16.30 Ciekawski George 7 (4)	17.00 Strażak Sam 14 (17, 18)	17.25 Staś i fajna Babcia	17.50 Moje urodziny – dla dzieci	17.56 Smerfy (31) – serial anim.	18.25 Leśna rodzina: Pamiętnik Frel (7, 8)	18.50 Bacznie oczka (9, 10)	19.05 Kicia Kocia (7, 8) – anim.	19.25 Kicia Kocia 2 (4) – anim.	19.36 Język Happy (1, 2) – anim.	19.52 Basia (4) – anim., Pol. 2016	20.05 Wierszyki domowe	20.35 Dolina Muminków 4 (4)	17.00 Po stronie prawdy	17.55 Poczet wielkich Polaków – program hist.	18.00 Regina Coeli	18.05 Informacje dnia	18.15 Rozmowy niedokończone – pr. publ.	19.20 Odnależcie siebie (24)	19.30 Bóg z nami – film 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	22.00 Przetrawiśmy	22.30 Beatus, źródła Camino de Santiago – film dokum.	12.25 Niezwykłe hotele bez tajemnic 6 (2) – serial dok.	12.30 Top Gear 3 (1) – mag.	13.35 Warsztat Hammonda 5	14.35 Cuda inżynierii 3 (4)	15.40 Najszabsze ognio 3 (15)	16.45 Najszabsze hotele bez tajemnic 6 (2) – serial dok.	17.50 Top Gear 3 (2) – mag.	18.55 Cuda inżynierii 3 (4)	20.00 Niezwykłe hotele bez tajemnic 6 (3) – serial dok.	21.00 Sify specjalne: ekstremalne misje (1)	22.00 Izrael i Palestyna: droga do 7 października (1)	23.10 Top Gear 3 (2) – mag.	0.20 Najszabsze ognio 3 (15)

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

13,50
ALE KINO+
Punkty zwrotne
THRILLER Autor kryminałów pracuje w domu na odludziu nad książką. Spokój pisarza zakłóca wizyta niezapowiedzianego gościa, który zna jego sekret. *Reż.: David Marqués, A: Diego Peretti, José Coronado, Cecilia Suárez* Hiszpania 2024 **120 min ▶ do godz. 15.50**

15,00
TVP KULTURA
Bodo
BIOGRAFICZNY Marzący o karierze Eugeniusz ucieka z domu. Osiąga sukcesy. Nie idą one w parze ze szczęściem w życiu prywatnym. *Reż.: Michał Kwieciński, A: Tomasz Schuchardt, Antoni Królikowski* Polska 2016 **120 min ▶ do godz. 17.00**

17,55
C+ PREMIUM
Anna Karenina
KOSTIUMOWY XIX wiek, Rosja. Anna wie dzie dostatek nie życie u boku męża. Nawiązuje romans z hrabią Wrońskim. Finał ich relacji jest tragiczny. *Reż.: Joe Wright, A: Matthew Macfadyen, Eric MacLennan* Wlk. Bryt./USA 2012 **125 min ▶ do godz. 20.00**

18,10
FILMBOX PREMIUM
Pokonać górę
PRZYGODOWY Donald zabiera dzieci na wycieczkę na górę Katahdin. 12-letni Donn oddziela się od rodziny. Musi przetrwać w dziczy. *Reż.: Andrew Kightlinger, A: Caitlin Fitzgerald, Ethan Slater, Paul Sparks* USA 2024 **110 min ▶ do godz. 20.00**

19,00
POLSAT FILM
Nowożeńcy
KOMEDIA ROMANTYCZNA Pochodząca z zamożnej rodziny Sarah wychodzi za dziennikarza. Trudno im się porozumieć w wielu sprawach. *Reż.: Shawn Levy, A: Ashton Kutcher, Brittany Murphy, Monet Mazur* USA/Niemcy 2003 **120 min ▶ do godz. 21.00**

19,40
WARNER TV
Naciągacz
KOMEDIA KRYMINALNA Oszust Roy dowiadyuje się, że jest ojcem 14-letniej Angeli. Córka odziedziczyła po nim skłonności do matactw. *Reż.: Ridley Scott, A: Nicolas Cage, Alison Lohman, Sam Rockwell* USA 2003 **140 min ▶ do godz. 22.00**

20,00
HBO
Witajcie w Marwen
BIOGRAFICZNY Artysta zostaje napadnięty przez neonazistów. Tworzy makietę fikcyjnego miasta. Pasja pomaga mu uporać się z traumą. *Reż.: Robert Zemeckis, A: Steve Carell, Folk Hentschel, Matt O'Leary* USA/Japonia 2018 **115 min ▶ do godz. 21.55**

21,00
C+ PREMIUM
Bad Man
KOMEDIA SENSACYJNA W Colt Lake dochodzi do zbrodni. Sprawą zajmują się działający pod przykrywką Bobby. Sięga po brutalne metody. *Reż.: Michael Diliberti, A: Johnny Simmons, Seann William Scott, Lovi Poe* USA 2025 **100 min ▶ do godz. 22.40**



Witkacy i inni uczestnicy szalonych imprez wpadają w tarapaty.

22.40
TVN
Niebezpieczni dżentelmeni

KOMEDIA KRYMINALNA Członkowie bohemy muszą rozwikłać zagadkę zbrodni.

HIT DNIA

Joseph Conrad, Bronisław Malinowski, Tadeusz Boy-Żeleński oraz Witkacy – znakomitości artystycznego świata Zakopanego – rano budzą się ledwo żywi. Żaden z nich nie pamięta wydarzeń minionej nocy. Pomimo uciążliwego bólu głowy i gigantycznego kaca na

równe nogi podrywa ich pewne odkrycie – na podłodze leżą bowiem zwłoki nieznanego... Tymczasem do drzwi łomocą policjanci. Błyskotliwi panowie zaczynają wyścig z czasem, żeby wyjaśnić okoliczności zagadkowej śmierci nieszczęśnika, a także oczyścić się z ewen-

tualnych zarzutów. Ujawniają intrygę, w którą zamieszani są związani z Zakopanem gangsterzy, artyści czy politycy, w tym Zofia Nałkowska oraz Józef Piłsudski. **130 min ▶ do godz. 0.50**

Polska 2022 **Reż.:** Maciej Kawalski **Wyst.:** Tomasz Kot, Marcin Dorociński, Andrzej Seweryn, Łukasz Wójcik



20,05
TVP KULTURA
Smuga cienia
OBYCZAJOWY Oficer brytyjskiej marynarki, Joseph Conrad-Korzeniowski (Marek Kondrat), obejmuje dowództwo statku handlowego, którego kapitan zmarł. Mimo przeciwności postanawia dostarczyć ładunek do Singapuru. *Reż.: Andrzej Wajda* Wyst.: Graham Lines Polska 1976 **115 min ▶ do godz. 22.00**



22,30
TVN FABIKA
Kobieta na skraju dojrzałości
KOMEDIODRAMAT Mavis (Charlize Theron) stwierdza, że miłością jej życia jest dawny chłopak. Wraca do rodzinnego miasta, by go odzyskać. Nie przeszkadza jej fakt, że ma on żonę i został ojcem. *Reż.: Jason Reitman* Wyst.: Patton Oswalt USA 2011 **120 min ▶ do godz. 0.30**



21,00
TVN 7
Miss agent
KOMEDIA SENSACYJNA Gracie (Sandra Bullock) z FBI ma wziąć udział w misji incognito, aby schwycić zamachowca. Musi przejść przemianę pod okiem stylisty, żeby wcielić się w uczestniczkę konkursu piękności. *Reż.: Donald Petrie* Wyst.: Michael Caine USA 2000 **145 min ▶ do godz. 23.25**



22,30
TVP KOBIETA
Miłość jest blisko
KOMEDIA ROMANTYCZNA Natalia (Weronika Książkiewicz) i Adam (Wojciech Solarz) mieszkają po sąsiedzku. Oboje nawiązują obiecujące relacje. Po czasie odkrywają jednak, że szczęścia szukali nie tam, gdzie powinni. *Reż.: Radosław Dunaszewski* Wyst.: O. Bołgódz Polska 2021 **115 min ▶ do godz. 0.25**



21,00
SUPER POLSAT
Inwazja: Bitwa o Los Angeles
SCIENCE FICTION Kosmici atakują Ziemię. Sierżant Nantz (Aaron Eckhart) wraca do służby, by pomóc w walce. Wojskowi odkrywają centrum dowodzenia obcych, które chcą zbombardować. *Reż.: Jonathan Liebesman* Wyst.: Cory Hardrict USA 2011 **140 min ▶ do godz. 23.20**



22,40
TV 4
Pole śmierci
THRILLER Detektyw Watson (Bruce Willis) zostaje ranny podczas akcji. Jego partner w trakcie pościgu za bandytami trafia na farmę weterana Erica (Chad Michael Murray). Policjant i były żołnierz bronią się przed gangsterami. *Reż.: James Cullen Bressack* Wyst.: Swen Temmel USA 2021 **125 min ▶ do godz. 0.45**

→ filmowe hity



Tradycjonalista nie potrafi ukryć swej niechęci na myśl o spotkaniu z przyszłym zięciem.

20.00 Za jakie grzechy, dobry Boże?

TV PULS

KOMEDIA Ślub córki okazuje się dla ojca cenną lekcją tolerancji.

HIT DNIA Claude i Marie ze zgrozą patrzą na miłosne wybory córek. Trzy z nich poślubiły mężczyzn z innych kręgów kulturowych. I tak do katolickiej rodziny z tradycjami dołączyli Arab, Żyd i Chińczyk. Każde spotkanie rodziny przebiega w napiętej atmosferze. Choć wszyscy starają

się zachować klasę, nie szczędzą sobie kąśliwych uwag. Czarę goryczy przelewa Laure, która szykuje się do ślubu z pochodzącym z Wybrzeża Kości Słoniowej Charlesem. **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**

Francja 2014 **Reż.:** Philippe de Chauveron
Wyst.: Christian Clavier, Chantal Lauby, Ary Abittan, Medi Sadoun, Frédéric Chau



22.00 Gliniarz z Belleville

TV PULS

KOMEDIA KRYMINALNA

Policjant Sebastian (Omar Sy) zostaje przeniesiony do Miami jako oficer łącznikowy francuskiego konsulatu. Usiłuje wyjaśnić zagadkę śmierci swojego kompana.

Reż.: Rachid Bouchareb **Wyst.:** Luis Guzmán
Francja 2018 **HD 130 min ▶ do godz. 0.10**



22.55 Pod słońcem Toskanii

POLSAT

KOMEDIA OBYCZAJOWA

Po rozwodzie Frances (Diane Lane) wybiera się na wycieczkę do Włoch. Pod wpływem impulsu kupuje nieruchomości pod Cortona. Czuje, że odnalazła swoje miejsce na ziemi.

Reż.: Audrey Wells **Wyst.:** Lindsay Duncan
USA/Wł. 2003 **HD 140 min ▶ do godz. 1.15**



22.10 Ucieczka z Alcatraz

STOPKLATKA

SENSACYJNY Rok 1960.

Frank Morris (Clint Eastwood) trafia do najcięższego amerykańskiego zakładu karnego. Opracowuje plan wydostania się z wyspy, w który w tajemniczo dawnych kompanów.

Reż.: Don Siegel **Wyst.:** Patrick McGouhan
USA 1979 **HD 150 min ▶ do godz. 0.40**



23.25 Jedna noc

TVN 7

KOMEDIA Londyn. Porzuciona przez chłopaka Ruby

nie może pogodzić się z rozstaniem. Emma (Sana'a Shaik) i inne przyjaciółki zabierają ją na miasto. Szalony wieczór obfituje w kolejne zaskakujące wydarzenia.

Reż.: Callan Durlik **Wyst.:** Eliza Taylor
Australia 2023 **HD 120 min ▶ do godz. 1.25**

→ sport



15.30 La Vuelta Femenina

EUROSPORT 1

KOLARSTWO

LIVE

Piąty etap znacznie się w León, a zakończy w Astorzde. Belgijka Lotte Kopecky i jej koleżanki po fachu pokonają 152 km. Zmierzą się z krętymi drogami oraz wiatrem, który może utrudnić im jazdę w końcowej części trasy. **HD 135 min ▶ do godz. 17.45**



17.55 ŁKS Łódź – Pogoń Grodzisk Maz.

TVP SPORT

PIŁKA NOŻNA

LIVE

W zaległym meczu 28. kolejki 1. ligi zmierzą się ekipy walczące o udział w barażach o awans do Ekstraklasy. Jeśli ŁKS zagra tak jak w starciu z Wierzytą (2:0), Pogoń może być w opałach. **HD 130 min ▶ do godz. 20.05**



19.25 Japonia – Polska

POLSAT SPORT 1

HOKEJ

LIVE

Przedostatni mecz Polaków w MŚ dywizji 1A. W poprzednim czempionacie nasi hokeiści także rywalizowali z reprezentacją Kraju Kwitnącej Wiśni – wygrali 2:1. Do meczu w Sosnowcu też przystąpią w roli faworytów. **HD 155 min ▶ do godz. 22.00**



20.55 Unicaja – AEK

TVP SPORT

KOSZYKÓWKA

LIVE

Zwycięzca tego starcia zostanie drugim finalistą Ligi Mistrzów. W 2025 roku Unicaja z Aleksandrem Balcerowskim w składzie też trafiła na AEK w półfinale. Wygrała 71:65, a następnie pokonała w finale Galatasaraj. **HD 125 min ▶ do godz. 23.00**

→ rozrywka



20.50 The Floor

TVN

TELETURNIEJ

Mikołaj Roznerski dba o to, by program łączył rywalizację z dobrą zabawą i angażował do kibicowania. Kolejni uczestnicy sprawdzają wiedzę w nietypowych kategoriach. Mają szansę m.in. na ukryty bonus – dodatkową nagrodę w wysokości 50 tys. zł. **HD 40 min ▶ do godz. 21.30**



21.30 Nasz nowy dom

POLSAT

REALITY SHOW

Agnieszka zajęła się podopiecznym dziecięcego hospicjum. Codziennie walczy o jego zdrowie. Jej mieszkanie nie jest jednak bezpiecznym azylem. Kuchnia wymaga remontu, a instalacja elektryczna grozi pożarem. **HD 85 min ▶ do godz. 22.55**



21.40 Niepewne sytuacje 3

TVP 2

TALK-SHOW

Michał Kempa i Wojciech Fiedorczuk zapraszają na nowe wywiady z przedstawicielami świata show-biznesu i kultury. Nie zabraknie dociekliwych pytań, zaskakujących odpowiedzi oraz parodii. **HD 30 min ▶ do godz. 22.10**

→ dokument



20.00 24 godziny na kole podbiegunowym

C+ DOKUMENT

NATURA

Pasjonująca wyprawa do Arktyki. Ocieplenie klimatu i topniejące lodowce burzą równowagę tego surowego ekosystemu. Wiele gatunków stoi w obliczu zagrożenia. **HD 60 min ▶ do godz. 21.00**

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.10 Wykrywacz kłamstw – publ.
- 5.30 Pytanie dnia – pr. publicyst.
- 5.50 Reporterzy – mag. reporterów
- 6.00 Oko na świat – magazyn
- 6.20 Akcyjowa 38 (852)
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
- 7.30 Dobre historie – magazyn
- 8.00 Serwis Info – program inform.
- 8.10 Pogoda Info
- 8.20 Zaraz wracam 2 (125)
- 9.00 Ranczo 2 (23) – obycz., Pol. 2007
- 10.00 Komisarz Alex 3 (32)
- 11.00 Ojciec Mateusz 11 (136)
- 12.00 Serwis Info – program inform.
- 12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda – program inform.
- 12.40 To się płaca – magazyn
- 12.55 Natura w Jedynce: Włochy – ostatnie dzikie zakątki (1)
- 14.00 Złoty chiopak (285)
- 15.00 Serwis Info – program inform.
- 15.15 Reporterzy – mag. reporterów
- 15.35 Gra słów. Krzyżowka (1018)
- 16.05 Dziedzictwo (911)
- 17.00 Teleexpress, pogoda
- 17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
- 17.55 Klan (4710) – telenowela, Polska 2026
- 18.20 Zaraz wracam 2 (126) – serial obyczajowy, Polska 2025
- 18.55 Akcyjowa 38 (863) – telenowela, Hiszpania 2015
- 19.30 Program informacyjny 19.30
- 19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda
- 20.30 Omnibus – szybcy i mądrzy (25) – teleturniej
- 21.00 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (25) – teleturniej

TVP 2 HD DV3 T2

- 4.35 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2026
- 5.30 M jak miłość (1750) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 6.25 Operacja zdrowie – magazyn medyczny
- 6.55 Barwy szczęścia (3374) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
- 11.40 Dzień z życia artysty (10): Andrzej Fogtt – talk-show
- 12.10 Program publicystyczny
- 12.30 Koło fortuny (1821) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda (89) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque (957) – teleturniej
- 14.35 Na sygnale (896): Sprawy życia, śmierci i głupoty – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic (385) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- 16.00 Koło fortuny (1822) – teleturniej
- 16.35 Familiada – teleturniej
- 17.20 Panna młoda (90) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- Mukadder chwali Hancer za wsparcie okazane Beyzie. Cihan cierpi, rozdarty między uczuciami a presją ze strony przyjaciół, którzy żądają stanowczej decyzji.
- 18.15 Va banque (958) – teleturniej
- 18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia (3374) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 19.55 Domowe patenty 2 (3) – magazyn poradnikowy

POLSAT HD DV3 T2

- 4.55 Disco Gramy
- 5.40 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News
- 8.30 Malanowski i partnerzy (254, 255): Podwójny błąd; Tajemnica nastolatki – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy (1060, 1061) – serial paradokumentalny, Polska 2021
- 11.35 Gliniarze (760-762) – serial paradokumentalny, Polska 2022
- 14.40 Dlaczego ja? (1562) – serial paradokumentalny, Polska 2026
- 15.50 Wydarzenia, pogoda
- 16.20 Interwencja – magazyn reporterów
- 16.30 Na ratunek 112 (1159) – serial paradokumentalny, Polska 2026
- 17.00 Gliniarze (1199) – serial paradokumentalny, Polska 2026
- W miejskim parku znaleziono zwłoki mężczyzny. Natalia i Kuba sprawdzają różne tropy – od dawnych porachunków po konflikty z osobami z półświatka. Do zespołu dołącza Maciek.
- 18.00 Pierwsza miłość (4211) – serial obyczajowy, Polska 2026
- Filip bierze późno zauważa wiadomości od Borysa z błaganiem o pomoc. Darek podpuszcza kibiców, by ostatecznie rozprawili się z Bolesławem.
- 18.50 Wydarzenia
- 19.20 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny
- 19.25 Sport, pogoda
- 19.55 Milionerzy – teleturniej

TVN HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda (1630) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 6.50 Kuchenne rewolucje (1): Włocławek – Biały Kredens – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
- 11.20 Doradca Smaku (27) – magazyn kulinarny
- 11.25 Kuchenne rewolucje (1, 9): Stupia, Hacjenda; Wrocław – Nie Ma jak u Mamy – program rozrywkowy
- 13.40 Ukryta prawda (1593, 1594, 1680) – paradok., Polska
- Wiola i Robert przenoszą się z córką do mieszkania w kamienicy. Od początku przesładuje ich pech. Dwukrotnie ktoś dzwoni z informacją, że w budynku jest bomba.
- 16.50 Szpital św. Anny (123) – serial obyczajowy, Polska 2026
- Ciężarna 34-latką spada ze schodów. Ratownicy zabierają ją i jej synka do szpitala. Tymczasem szpital huczy od plotek o podwójnym życiu Streckera.
- 17.55 Detektywi (317) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- W nocy u Drawicza zjawia się dawny przyjaciel. Dwanaście lat temu uciekł z kraju po oskarżeniu o pobicie. Ktoś obiecał ujawnić dowody jego niewinności.
- 19.00 Fakty, sport i pogoda
- 19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
- 20.15 Na Wspólnej (4208) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.50 The Floor (11) – teleturniej

20 KRYMINALNY



- 21.20 Ojciec Mateusz 35 (448): Matka na życzenie – Polska 2026
- Amanda planuje otwarcie placówki łączącej funkcje domów dziecka i spokojnej starości. Jej pomysł popiera Mateusz. Aby zdobyć na ten cel potrzebne fundusze, nawiązuje kontakt z bogatą filantropką. Podczas spotkania w rezydencji kobiety pod drzwi zostaje podrzucone niemowlę.
- 22.20 Sprawa dla reportera – magazyn interwencyjny
- 23.20 Dekady Diany (1/3) – film dok., Wielka Brytania 2021
- Księżna Diana była uwielbiana przez Brytyjczyków, jej działalność inspirowała wielu z nich. Dokumentaliści sprawdzają, jak wpłynęła na życie obywateli swojego kraju.
- 0.15 Powrót (2) – serial komediowy, Polska 2022
- 1.10 Pan Tadeusz – film kostiumowy, Polska/Francja 1999, reż. Andrzej Wajda, wyk. Michał Żebrowski, Andrzej Seweryn, 150 min
- 3.40 Sprawa dla reportera – magazyn interwencyjny
- 4.55 Zakończenie

OBYCZAJOWY



- 20.05 Barwy szczęścia (3375) – Polska 2026
- Do Pyrków na święta przyjeżdża Staś i w końcu poznaje Lucynę. Seniorka zaczyna namawiać Agatę i Ignacego do zakupu mieszkania na osiedlu budowanym przez firmę Wilka.
- 20.40 Tak to leciało! (79) – teleturniej muzyczny
- 21.40 Niepewne sytuacje 3 (8) – program rozrywkowy
- 22.10 Syn 2 (19, 20-ost.) – serial obyczajowy, USA 2019
- 23.55 Rodzinka.pl (310): Supermoce – serial komediowy, Polska 2026
- 0.30 Córki dancingu – musical, Polska 2015, reż. Agnieszka Smoczyńska, wyk. Kinga Preis, Michalina Olszańska, Marta Mazurek, Jakub Gierszał, 95 min
- Syreny Złota i Srebrna przyjmują postacie kobiet i trafiają do świata warszawskich dancin-gów. Stają się sensacją.
- 2.05 Akcyjowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015
- 3.40 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
- 4.10 Zakończenie

REALITY SHOW



- 20.30 Farma (209-ost.)
- Po wielu tygodniach gospodarskich zmagañ nadszedł czas na emocjonujący finał na żywo. Widzowie w głosowaniu wybiorą zwycięzcę edycji. Otrzyma on tytuł Super Farmera, Złote Widły oraz nagrodę pieniężną.
- 21.30 Nasz nowy dom (369) – reality show
- Pani Agnieszka zaangażowała się w działalność społeczną. Otrzyma opiekę porzuconego przez matkę Alana. Wymagające pilnego remontu mieszkanie stanowi jednak zagrożenie dla chłopca. Fachowcy ruszają na pomoc.
- 22.55 Pod słońcem Toskanii – komedia obyczajowa, USA/Włochy 2003, reż. Audrey Wells, wyk. Diane Lane, Sandra Oh, Lindsay Duncan, Raoul Bova, Vincent Riotta, 140 min
- 1.15 Captain Fantastic – komediodramat, USA 2016, reż. Matt Ross, wyk. Viggo Mortensen, George MacKay, Samantha Slater, Annalise Basso, 165 min
- 4.00 Ewa gotuje (548) – magazyn kulinarny

ROZRYWKOWY



- 21.30 Kuchenne rewolucje (9)
- W restauracji Ewy rządzi menedżerka i szefowa kuchni Milena, co jest powodem konfliktów. Magda Gessler uznaje, że kluczem do rozwiązania problemów lokalu jest przede wszystkim naprawa relacji między kobietami.
- 22.40 Niebezpieczni dżentelmeni – komedia kryminalna, Polska 2022, reż. Maciej Kawalski, wyk. Tomasz Kot, Marcin Dorociński, Andrzej Seweryn, Wojciech Meczaldowski, 130 min
- Rok 1914. Czterej znajomi, m.in. Witkacy i Joseph Konrad, znajdują zwłoki mężczyzny. Mają mało czasu, by rozwiązać zagadkę jego śmierci.
- 0.50 Skok na głęboką wodę (9) – program rozrywkowy
- 1.55 Szpital św. Anny (84) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 2.55 Uwaga! – magazyn reporterów
- 3.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (19, 20) – serial kryminalny, USA/Kanada 2011
- 5.10 Jak to jest zrobione? (3) – serial dokumentalny, Kanada 2013-2014

7 TVN 7 HD DVBT2

- 5.20 Ten moment** (9) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (630-632) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 8.45 Ukryta prawda** (1291, 1208, 1353) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.55 W-11 – Wydział Śledczy** (960-962): Przetrawianie; W rozpadzie; To nie tak miało być – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2012
- 14.00 Detektywi** (77): Błędy Oliwii – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 15.00 Szpital św. Anny** (113) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (626, 627) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 18.00 Sekrety życia** (13) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 19.00 Ukryta prawda** (1484) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Justyna wyrzuca na korytarz rzeczy męża i przekazuje mu pendrive z nagraniem zdrady. Mężczyzna przypomina sobie wyjazd integracyjny, podczas którego wypili za dużo alkoholu.
- 20.00 Hotel Paradise 12** (40) – reality show

puls TV PULS HD DVBT2

- 6.00 Policjanci z Miami** (7, 8): Jednooki walet; Bez wyjścia – serial kryminalny, USA 1984-1989
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (14, 15): Skok; Obrońca – serial sensacyjny, Niemcy 2014
- 10.00 Triumf miłości** (137, 138) – serial obyczajowy, Meksyk 2010
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (69) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspañiale stulecie** (3) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Przepis na zbrodnię** (32) – serial kryminalny, Polska 2026
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 13** (706, 707) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 17.00 Dzielnica strachu 10** (467) – serial kryminalny, Polska 2025-2026
- Wiking i Ada szukają zaginionego Maksa. Odkrywają mroczne tajemnice. Chłopiec zostaje znaleziony martwy w lesie, a sprawa poważnie się komplikuje.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (997, 998) – serial obyczajowy, Polska 2026 Piętnastoletnia Ela chce wbrew woli matki odnowić relacje z ojcem, który wyszedł z więzienia. Andżela znika z Igorkiem, co martwi Kazimierza.

puls PULS 2 HD DVBT2

- 5.50 Ale numer! 23** (5) – pr. rozrywk.
- 6.25 Smerfy 2** (33) – serial anim.
- 6.35 Jeżyk i Przyjaciele** (6, 5) – serial animowany, Polska 2023
- 7.00 Psi Patrol 8** (19) – serial anim.
- 7.35 Superkoty** (23) – serial anim.
- 8.00 Myszka Miki: Frajdomek** (21) – serial animowany, USA 2021
- 8.35 Masza i Niedźwiedź 6** (9, 10) – serial animowany, Rosja
- 8.50 Świnka Peppa** (2) – serial anim.
- 8.55 Bing** (21, 22) – serial animowany
- 9.25 Basia 2** (22, 23) – anim., Pol. 2019
- 9.50 Jeżyk i Przyjaciele** (4) – serial animowany, Polska 2023
- 10.00 Spidey i superkumple 2** (48, 47) – serial anim., USA 2022
- 11.00 Gigantozaur 2** (20) – serial anim.
- 11.25 Dinopociąg 2** (22) – serial anim.
- 11.55 Smerfy** (108, 109) – serial anim.
- 13.00 Gumisie 5** (2, 1) – serial anim.
- 14.00 Kacze opowieści** (44, 45) – serial animowany, USA 1987
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 4** (16, 17) – anim., Fr./Korea Południowa/Jap. 2020
- 16.00 Superthings: Kazoom Power** (4, 5) – serial anim., Hiszp. 2024
- 16.15 Fineasz i Ferb** (22) – serial anim.
- 16.50 Marta mówi 2** (13) – serial anim.
- 17.10 Superkoty** (22) – serial anim.
- 17.45 Świnka Peppa** (2) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
- 17.50 Bing** (21, 22) – serial animowany

N NETFLIX

PREMIERA



KASZTANOWY LUDZIK: ZABAWA W CHOWANEC

Znika kobieta, z którą prowadzono upiorną grę. Sprawa jest powiązana z zabójstwem 17-latk. Śledztwo prowadziwa Naia Thulin (Danica Čurčić) i Mark Hess.

►serial krym. (6 odc.), Dania 2026

PREMIERA



ŁĄCZY NAS KREW

Lhan (Pimchanok Luevisadpaibul), tropiona ze względu na wyjątkowo rzadką grupę krwi, dorasta w rodzinie zawodowych zabójców. Kiedy atakuje ją dawny wróg, staje z nim do walki.

►thriller, Tajlandia 2026; 127 min



W APTEKACH I ZIELARNIACH

Reutter CUKIERKI ŻENŻENIOWO-IMBIROWE – ZŁAP SIŁĘ I ODPORNOŚĆ!

- 21.00 Miss agent** – komedia **FILM** sensacyjna, USA 2000, 145 min Psychopata grozi uczestniczkom konkursu piękności. FBI szuka agentki, która wcieli się w rolę jednej z kandydatek. Wybór pada na Gracie. Kobieta przechodzi przemianę.
- 23.25 Jedna noc** – komedia, Australia 2023, reż. Callan Durlik, wyk. Eliza Taylor, George Pullar, Sana'a Shaik, Blake Richardson, 120 min Ruby jest przekonana, że chłopak zamierza się jej oświadczyć. On jednak kończy ich znajomość. Kobieta nie może pogodzić się z rozstaniem. Emma i inne przyjaciółki postanawiają zabrać ją na miasto.
- 1.25 Hotel Paradise 12** (39) – reality show
- 2.25 Żyjąc z potworem 6** (19) – serial dokumentalny, USA 2021
- 3.25 SOS Ekipy w akcji** (44) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 4.20 Usterka 11** (29) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
- 4.55 Dorota was urządzi!** (8) – program rozrywkowy

KOMEDIA



- 20.00 Za jakie grzechy, dobry Boże?** – Francja 2014, 120 min Konserwatywny bogacz Claude i jego żona ze zgrozą patrzą na wybory miłosne córek. Ich zięciami zostają: Żyd, Arab i Chińczyk. Czarę goryczy przelewa najmłodsza Laure, która szykuje się do ślubu z czarnoskórym aktorem. Jakby tego było mało, ojciec przyszłego pana młodego to skąpiec, który z charakteru bardzo przypomina Claude'a.
- 22.00 Gliniarz z Belleville** – komedia kryminalna, Francja/Kolumbia 2018, reż. Rachid Bouchareb, wyk. Omar Sy, Luis Guzmán, Biyouna, Diem Nguyen, 130 min Sebastian trafia do Miami jako oficer łącznikowy francuskiego konsulat. Wyjaśnia zagadkę śmierci kompana.
- 0.10 Miłość, seks & pandemia** **FILM** – film obycz., Polska 2022, reż. Patryk Vega, wyk. Anna Mucha, Małgorzata Rozenek-Majdan, Weronika Lesiak, 145 min
- 2.35 Lombard. Życie pod zastaw 18** (994) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 3.35 Zobacz to!** – pr. powtórkowe

ANIMOWANY



- 18.20 Masza i Niedźwiedź 6** (9, 10) – Rosja Kilkuletnią Maszę rozpięra energia i ciekawość świata. Przebojowa dziewczynka nieustannie wpada w kłopoty. Z opresji często ratuje ją zaprzyjaźniony Niedźwiedź. Razem przeżywają wiele przygód.
- 18.35 Myszka Miki: Frajdomek** (21)
- 19.00 Don Matteo: Boski detektyw 14** (2) – serial kryminalny, Włochy 2024
- 20.00 Przepis na zbrodnię** (35) – serial kryminalny, Polska 2026
- 21.00 Dzielnica strachu 10** (471, 472) – serial krym., Polska 2025-2026
- 23.00 Zawód gangster. Początek** **FILM** – thriller, Wielka Brytania 2021, reż. Nick Neven, wyk. Winnie Jones, Craig Fairbrass, 125 min
- 1.05 Dzielnica strachu 10** (469) – serial krym., Polska 2025-2026
- 2.00 Lombard. Życie pod zastaw 9** (440) – serial obycz., Polska 2021
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 3** (117) – serial obycz., Polska 2018
- 3.55 Niesamowicie!** (20, 21) – dok.
- 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (990) – serial obyczajowy, Polska 2026

PREMIERA



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.

►serial kryminalny, Wlk. Bryt. 2026

PREMIERA



MUNDIAL 1994: POWRÓT BRAZYLII DO CHWAŁY

Historia podróży reprezentacji Brazylii na Mistrzostwa Świata w 1994 roku. Film ukazuje kulisy tamtych wydarzeń z nowej perspektywy. Znalazły się w nim zarówno wywiady z zawodnikami, jak i wcześniej niepublikowane materiały wideo, nakręcone przez piłkarzy.

►film dokum., Brazylia 2026; 85 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9 (6, 7) – serial krym., USA/Kanada 2008	5.55 Rodzinka.pl (58) – serial kom., Pol. 2012	8.45 Kolekcja – cykl fel.	6.30 Polska z góry 5 (10) – serial dok., Pol. 2020	10.15 Call me lala	7.35 A potem się zobaczy – komedia, Włochy 2025, 95 min
7.30 Dr House 3 (1, 2) – serial obyczajowy, USA 2006	6.25 Na sygnale (440, 441)	9.05 Niedziela z... – kult.	7.00 Wyraj – film krótkometraż.	10.40 Stracono weekend. Historia miłosna.	9.10 P.S. Kocham Cię – melodramat, USA 2007, 125 min
9.25 Castle 6 (15, 16) – serial kryminalny	8.35 Komisarz Alex 23 (287) – krym., Pol. 2025	11.25 Gra o wszystko – film obyczajowy, Polska 1978, 75 min	7.35 Cudak – dramat wojenny, Polska 2021, 110 min	12.15 Kiler – komedia sens., Polska 1997, 105 min	11.15 Duża ryba – komediodramat, USA 2003, 125 min
11.20 Detektyw Monk 3 (14, 15) – serial kryminalny, USA 2005	9.30 Rodzinka.pl (59)	12.40 Cześć, kapitanie! – film kryminalny, Polska 1967, 70 min	9.25 The Hero – film krótkometraż.	14.00 The Office PL 5 (3, 4)	13.20 Detektyw Monk: Ostatnia sprawa – film kryminalny, USA 2023, 95 min
13.20 Dr House 3 (3, 4) – serial obyczajowy	10.00 Klan (1408) – telen.	13.50 Reżyserzy (7) – dok.	10.00 Karen Pirie 2 (3) – krym., Wlk. Bryt. 2025	14.55 Piękna łąka kwietna	14.55 Teściowie 3 – kom., Polska 2025, 90 min
15.20 Agenci NCIS 14 (3, 4) – serial sensacyjny, USA 2016	10.35 Ranczo 5 (58) – obycz.	15.00 Bodo – film biograf., Polska 2016, 120 min	11.55 Vera 9 (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	15.25 Saga „Zmierzczeni”: Przed świtem.	16.25 Te dni – komedia, USA 2025, rez. Lawrence Lamont, 95 min
17.10 Castle 6 (17, 18) – serial kryminalny, USA 2014	12.20 Pan Mama (40)	17.00 Jan Serce (4) – obycz.	13.50 Punkty zwrotne – thriller, Hiszpania 2024, 120 min	17.20 Hollywoód Buzz	18.00 Kolejna zwyciężajna przysługa – czarna komedia, USA 2025, rez. Paul Feig, 120 min
19.10 FBI 5 (14, 15) – serial kryminalny, USA 2022	12.55 Zaraz wracam 2 (120) – serial obycz.	18.10 Którędy po sztuce – magazyn kulturalny	15.50 W 80 dni dookoła świata – film przyg., USA/Niemcy/Irlandia 2004, 145 min	17.50 Łapu-capu	
	13.35 Komisarz Alex 26 (341, 342) – krym., Pol.	18.20 Julie Mehretu w Polsce – reportaż	18.15 Vera 9 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	17.55 Anna Karenina – dramat kostiumowy, Wielka Brytania/USA 2012, 125 min	
	15.30 Komisarz Alex 23 (288) – krym., Pol. 2025	18.50 Julie Mehretu: Palimpsest – film dokum., USA 2021		20.00 Król i zdobywca (5) – serial historyczny	
	16.20 Na sygnale (442, 443) – serial fab.-dokum.	20.00 Czwartkowy klub filmowy – mag. film.		20.50 Making of – mag.	
	17.30 Ranczo 5 (59, 60) – serial obycz., Polska				

20 SENACYJNY KRYMINALNY DRAMAT OByczajowy DRAMAT OByczajowy KOMEDIA SENACYJNA BIOGRAFICZNY

21.05 Premiera: Agenci NCIS (12) – USA 2022	19.30 Ojciec Mateusz 27 (343) – Polska 2022	20.05 Smuga cienia – Polska/Wielka Brytania 1976, 115 min	20.10 Eskortą – USA/Francja 2014, 145 min	21.00 Bad Man – USA 2025, 100 min	20.00 Premiera: Witajcie w Marwen – USA/Japonia 2018, 115 min
Do Torresa zgłasza się agent NCIS Dale Sawyer. Mężczyzna bierze udział w operacji, z której Torres wcześniej zrezygnował. McGee odkrywa oszustwo mistrza tekturmu.	Nocul udaje się na otwarcie sandomierskiego niebieskiego szlaku. Wśród uczestników zauważa Kescickiego, włamywacza, który powinien przebywać w więzieniu.	Oficer brytyjskiej marynarki obejmuje dowództwo statku handlowego, którego kapitan zmarł. Mimo przeciwności postanawia dostarczyć ładunek do Singapuru.	XIX wiek. Farmerka Cuddy i wiozącego Briggs eskortują trzy kobiety do ośrodka dla obłąkanych. Czekają ich niebezpieczna wyprawa przez bezkresną pasterczą prerię.	W miasteczku Colt Lake dochodzi do morderstwa. Policjant Sam Evans próbuje się wykazać, ale śledztwo bezpodporadowo przejmuje agent Bobby Gaines.	Rysownik Mark pada ofiarą napadu. Od tej porcji zmagają się z traumą i problemami psychicznymi. Udaje mu się znaleźć nową pasję, która przynosi mu ulgę.
22.05 Agenci NCIS: Hawaje 2 (1) – krym.	20.30 Komisarz Alex 25 (315) – krym., Pol. 2026	22.00 Hala odlotów (60) – talk-show	22.35 Zabić, jak to łatwo powiedzieć – thriller, USA 2012, 120 min	22.40 Stiller – dramat obycz., Szwajcaria/Niemcy 2025, 100 min	21.55 Między mrokiem a geniuszem (3) – serial dokumentalny
23.00 Castle 6 (17, 18) – serial kryminalny	21.30 Ranczo 5 (61, 62)	23.00 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka – serial dokum., Wielka Brytania	0.35 Daaaaaali! – komediodramat, Francja 2023, 90 min	0.20 Sirat – dramat psychologiczny, Fr./Hiszp. 2025, 115 min	22.55 Eileen – thriller, USA/Wielka Brytania 2023, 95 min
0.45 FBI 5 (14, 15) – krym.	23.25 Ojciec Mateusz 27 (344) – krym., Pol. 2022	23.35 Video Killed the Radio Star – serial dok., Wielka Brytania	2.05 Belfer 3 (6) – krym.	2.15 Wrooklyn Zoo – dramat obyczajowy, Polska 2024, 125 min	0.30 Piękna i reżnik – horror kom., Kanada/USA 2020, 100 min
2.35 Agenci NCIS (12) – serial sensacyjny	0.15 Wojna zastępcza (10) – szpiegowski, Pol.		2.55 Żurek – film obycz., Polska 2003, 75 min	4.20 Rave – dok., Pol. 2024	
3.25 FBI 2 (4) – serial krym.	1.05 PiBull (10, 11) – sens.		4.10 Tylko do świtu		
4.20 Walker: Strażnik Teksasu (4) – krym.	2.40 Zatoką szpiegów (3, 4) – szpiegowski				

AXN WHITE WARNER TV CANAL+ FILM HD CANAL+ SERIALE HD CANAL+ 360 HD HBO 2 HBO 2 HD

8.00 Unforgettable: Zapisane w pamięci (19) – krym.	8.30 Bajer z Bel-Air (19, 20)	6.00 Łapu capu – pr. rozrywk.	9.45 Łapu capu – program rozrywkowy	6.00 Miasta rytm: Zrabowane dzieła sztuki (3) – film dok., 2021	15.25 Księga smoków – anim.
8.55 Szpital nadziei (12)	9.35 Za głosem serca (76)	6.05 Wszyscy święci – film obycz., Polska 2002, 80 min	9.55 Auschwitz. Głosy świadków (5) – serial dokumentalny, Fr. 2024	7.00 Grip – w świecie supersamochodów (1)	15.45 W ogniu pasji – dramat obyczajowy, 2025, 110 min
9.55 Detektyw Murdoch 9 (12, 13) – serial kryminalny	11.40 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze (6, 7) – serial sens.	7.25 W kogo ja się wrodożnik? – film obycz., Polska 2001, 60 min	10.40 Premierowa jazda – magazyn	8.00 Porzucone konstrukcje (2) – serial dok., Wlk. Bryt.	17.35 Saga „Zmierzczeni”: Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011, rez. Bill Condon, 115 min
12.00 Zaklinacze koni (9-11)	13.30 Bajer z Bel-Air (19-22)	8.25 O psie, który jeździł koleją 2 – film familijny, Polska 2025, 90 min	11.00 Naruto (4-6) – serial anime, Japonia 2002-2003	9.00 Wykrzywcach historii 5 (2)	19.30 Kurier Francuski z Liberty, Kansas Evening Sun – komediodramat, Niemcy/USA 2021, 100 min
15.05 Winnice miłości 4 (165)	15.35 Pełna chata 4 (23-26)	9.55 Pan Tadeusz – kostium., Pol./Francja 1999, 150 min	12.35 W rytmie wolności (1, 2) – serial dokumentalny, Pol.	10.00 Co poszło nie tak (5)	21.10 Złodziej z przypadku – thriller, USA 2025, rez. Darren Aronofsky, 105 min
16.10 Szpital nadziei (13)	17.40 Akademia policyjna – kom., USA 1984, 120 min	12.25 Łapu capu – pr. rozrywk.	14.30 W sercu dżungli. Orangutany z bliska (1, 2) – film dokumentalny, Niemcy 2025	12.50 Born Racers. Młodzie i szczyty (4) – serial dokum.	22.55 Gorąca rywalizacja (6)
17.05 The Good Doctor 4 (13, 14) – serial obyczajowy	22.00 Mad Max – film sf., FILM Australia 1979, 110 min	12.30 Morderstwo w ambasadzie – krym., Wlk. Bryt. 2025, 85 min	16.30 Łapu capu – program rozrywkowy	14.00 Okręty wojenne (2) – dok.	23.45 Ród smoka 2 (2) – fantasy
19.05 Dr House (10) – obycz.	23.50 Nieznajomi z pociągu – thriller, USA 1951, 125 min	13.55 Chopin, Chopin! – dramat biograf., Pol. 2025, 130 min	16.45 Cat's Eyes (1, 2) – serial przygodowy, Francja 2024	14.55 Wykrzywcach historii 5 (3)	0.50 Peacemaker 2 (6)
20.00 Dowody zbrodni 3 (7, 8)	1.55 Rój – film katastroficzy, FILM USA 1978, 180 min	16.05 Warcraft: Początek – film fantasy, Chiny/Kanada/Japonia 2016, 120 min	18.55 Prost (5, 6) – serial dokumentalny, Fr. 2024	15.00 Grip – w świecie supersamochodów (11)	
21.55 Unforgettable: Zapisane w pamięci (20) – krym.	4.55 Wrogie niebo (3) (9) – sf.	18.05 Mamma Mia! Here We Go Again – komedia muz., USA/Wielka Brytania/Chiny 2018, 110 min	20.00 Sortownia (1, 2) – serial psychologiczny, Polska 2023	17.00 Porzucone konstrukcje (1) – serial dok., Wlk. Bryt.	
22.55 Agenci NCIS 11 (16-18)		19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.	21.40 Mały Grand Hotel (5) – serial komediowy, Polska 2019	18.55 Okręty wojenne (1) – dok.	
1.30 Dowody zbrodni 3 (7, 8)		20.00 8. mila – dramat obycz., USA/Niemcy 2002, 110 min	22.00 Talamasca: Sekretnezy (1, 2) – serial fantasy, USA 2025	19.50 Supersamoloty bojowe 11 (9) – serial dok.	
3.20 Grand Hotel 2 (8) – krym.		21.50 Skarbek – thriller, Polska/FILM Wielka Brytania/USA 2024, 105 min	23.55 Król (1, 2) – serial sensacyjny, Polska 2020	20.50 Porzucona Ameryka 4 (5)	
5.05 The Good Doctor 4 (13)		23.35 Wła przetrwania – thriller, USA 2025, 120 min	2.25 Premierowa jazda – magazyn	21.55 Powrót (3) – serial kom.	

AXN BLACK POLSAT SERIALE HD

11.05 Gwiazdne wrota 8 (13, 14) – sf., USA/Kan. 2004	6.00 Gliniarze (617-619) – serial parodokumentalny, Polska	18.05 Mamma Mia! Here We Go Again – komedia muz., USA/Wielka Brytania/Chiny 2018, 110 min	23.55 Król (1, 2) – serial sensacyjny, Polska 2020	13.15 Władza Pierścieni: Budźna Pierścienia – film fantasy, USA/Nowa Zelandia 2001, 175 min
13.05 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze (2) – serial sens.	9.00 48h. Zaginieni (153-156) – serial kryminalny, Polska	19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.	2.25 Premierowa jazda – magazyn	16.10 Grinch – film anim., Fr./Japonia/USA 2018, 85 min
14.05 Renegat 3 (11) – sens.	13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (1-4) – obycz.	20.00 8. mila – dramat obycz., USA/Niemcy 2002, 110 min	2.45 Twardzielki (1) – serial dokumentalny, Polska 2019	17.35 Król Karol III – dramat polityczny, USA/Wielka Brytania 2017, 90 min
15.05 Drużyna A 3 (18) – sens.	15.00 Świat według Kiepskich (546-549) – kom., Pol. 2019	21.50 Skarbek – thriller, Polska/FILM Wielka Brytania/USA 2024, 105 min	3.25 Twardzielki (1) – serial dokumentalny, Polska 2019	19.05 Branza 2 (7) – serial obycz.
16.10 Nieustraszoney 3 (15)	17.00 Columbo (3, 1) – serial kryminalny, USA	23.35 Wła przetrwania – thriller, USA 2025, 120 min	3.45 Pogotowie remontowe Wieszka (6, 7) – mag.	20.05 The Knick (4) – obycz.
17.10 Gwiazdne wrota: Atlantyda 4 (4, 5) – sf.	21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (10-12) – serial krym., USA/Kanada	1.35 Pokuszenie – thriller erot., Wlk. Bryt. 2024, 105 min	4.55 Survivalowa rodzina (1, 2) – serial dok., Pol. 2019	21.00 Przegład tygodnia: Wiewiór z Johnem Oliverem 13 (10)
19.05 Gwiazdne wrota 8 (15, 16) – sf., USA/Kan. 2004	23.50 Ślad (19-21) – serial krym.	3.20 PROBLEM 'REALITYCHECK – koncert		21.40 The Pitt (4) – serial obycz.
21.00 Angry Birds 2 Film – film animowany, Finlandia/Kanada/USA 2019, 120 min	2.50 Święty (190, 191) – serial komediowy, Polska 2022	4.15 Skrzyżowanie – dramat obycz., Pol. 2024, 105 min		22.30 Euforia 3 (4) – serial obycz.
23.00 Ja, szpieg – komedia sensacyjna, 2002, 110 min	4.00 48h. Zaginieni (259, 260) – serial kryminalny, Polska			23.30 Rooster (9) – serial kom.
0.50 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze (2) – serial sens.				0.00 Wielki powrót 3 (7)

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPLATKA STOPLATKA DVS 12
6.05 Rolnicy - Tak się żyje u nas na wsi (37-39) - serial dokum.	6.00 Pingwiny z Madagaskaru (11, 12) - anim., USA 2008-2010	5.05 Szkoła (718)	6.10 Astrid i Raphaëlle 3 (5, 6) - serial krym., Fr./Belgia/Szwajcaria	6.00 Polska z góry. Nad wodą 2 (1) - dok.	6.00 Kabaretowe hity (3)
7.30 Doktor Martin (71)	7.00 Dwoch i pół 9 (12-15) - kom., USA 1999-2000	6.30 Kinno w drodze (5)	8.20 Kapitan Marleau 5 (4) - serial krym., Fr.	6.25 Och! Kabaret 2 (3, 4)	6.50 Wojciech Cejrowski - bosso przez świat
8.30 Przyjaciółki (237, 238) - obycz., Pol.	8.55 Przyjaciele 6 (4-9) - serial komediowy, USA 1999-2000	6.35 Zakochani po uszy (1, 2) - telen., Pol. 2019	10.20 Agenci NCIS: Los Angeles 12 (15, 16) - serial sensacyjny	8.05 Polska z góry. Nad wodą 2 (2) - dok.	9.00 Robert Makłowicz (159, 162) - mag. kulin.
10.25 Świat według Kiepskich (180, 181, 207, 208) - kom., Pol.	11.55 Teoria wielkiego podrywu 7 (14-19) - kom., USA 2013-2014	7.35 Kryminalni (3)	12.10 Motyw 2 (4, 5) - serial kryminalny, Kan. 2014	8.40 Akademię Pana Kleksa (2-ost.) - film przygodowy, Polska/ZSSR 1983, 90 min	10.55 Wojny magazynowe: Kanada 2 (21, 22)
13.15 #Jestem M. Misfit - komedia romant., Polska 2019, 100 min	14.30 Dwoch i pół 9 (16-19) - serial komediowy, USA 2012	8.45 Detektywi (440, 441)	14.05 Astrid i Raphaëlle 3 (7, 8) - serial krym., Fr./Belgia/Szwajcaria	10.10 Czarne Stopy - film przyg., 1986, 130 min	11.55 Wojny kontenerowe 3
14.55 Daleko jeszcze? - komedia, USA 2005, 115 min	16.30 Przyjaciele 6 (10-15) - serial komediowy, USA 1999-2000	9.50 Przepis na życie 5 (9) - obycz., Pol. 2013	16.20 Kapitan Marleau 6 (1) - serial kryminalny, Francja 2020	12.20 Polska Kronika Filmowa - serial dok.	12.35 Wojny kontenerowe (1)
16.50 Tower Heist: Zemsta cieciców - komedia sensacyjna, USA 2011, 130 min	19.00 Nowożeńcy - kom. romant., USA/Niemcy 2003, 120 min	13.55 Układ warszawski (8) - krym., Pol. 2011	18.20 Agenci NCIS: Los Angeles 12 (17, 18) - serial sensacyjny, USA 2021	13.00 Ranking najpolskiego kina (3)	13.00 Katastrofy w przestworzach (6, 7) - serial dok., Kan.
19.00 Nowożeńcy - kom. romant., USA/Niemcy 2003, 120 min		14.55 Detektywi (442, 443)	20.10 Motyw 2 (4, 5) - serial kryminalny, Kan. 2014	13.50 Pieczenie gołąbki - kom., 1966, 125 min	16.00 MacGyver 2 (6, 7)
		15.55 Seriale 4 (1) - mag.		15.55 Nie ma róży bez ognia - komedia obycz., 1974, 125 min	18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2 (1)
		16.50 Gniazdo - film hist., Polska 1974, 130 min		18.00 Czterej pancerni i pies (7, 8) - wojenny	19.10 Wojny kontenerowe (8, 9)
		19.00 Szpital św. Anny (27) - serial obycz., Polska			
KOMEDIA	KOMEDIOWY	KOMEDIODRAMAT	KRYMINALNY	KOMEDIA OBYCZAJOWA	SENSACYJNY
21.00 Romantyczny czwartek: Och, Karol 2 - Polska 2011, 130 min	19.30 Teoria wielkiego podrywu 7 (20-24)	20.00 Och, życie! - USA 2010, 150 min	22.00 Blue Ridge (1, 2) - USA 2024	20.00 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka - 1976, 115 min	20.00 Kodesy sprawdzliwego - USA 2016, 130 min
Karol nie potrafi dochować wierności narzeczonej. Dziewczyna postanawia się zemścić. Wtajemnicza w swój plan kochankę partnera.	Sheldon porzuca teorię strun. Penny pomaga mu poradzić sobie z tym nietypowym zestawieniem. Howard i Bernadette idą na podwójną randkę z Rajem i Emily.	Holly zostaje opiekunką córki zmarłych przyjaciół. Zgodnie z wolą rodziców dziecko ma wychować z przyjaciółmi domu, Erikiem. Problem w tym, że para się nie cierpi.	Posterunek policji w Blue Ridge płonie w niewyjaśnionych okolicznościach. Szeryf Wise podejrzewa, że doszło do przestępstwa. Rozpoczyna dochodzenie.	Stefan Karwowski, kierownik robót na budowie Dworca Centralnego, nawiązuje romans z atrakcyjną piosenkarką. Zauroczony chce dla niej zostawić żonę.	Pułkownik Sikes usiłuje zaprowadzić porządek w rozdurnym mieście, w którym rządy sprawują gangi narkotykowe. Na drodze staje mu były protegowany, Porter.
23.10 Niezniszczalni - film sensacyjny, USA/Bulgaria/Hiszpania 2010, 135 min	21.35 Teoria wielkiego podrywu 8 (1) - kom.	22.30 Kobieta na skraju dojrzałości - komediomediat, USA 2011, 120 min	0.00 Chicago P.D. 13 (3) - serial kryminalny, USA 2025	21.55 Ajlawju - komedia, 1999, reż. Marek Koterski, 110 min	22.10 Ucieczka z Alcatraz - film sensacyjny, USA 1979, reż. Don Siegel, 150 min
1.25 Ślad (82, 83, 110, 1) - serial kryminalny, Pol.	22.00 The Office PL 3 (5, 6)	0.30 Poznaj moich rodziców - komedia, USA 2004, 145 min	1.00 Kapitan Marleau 6 (1) - serial krym., Fr.	23.45 Dzień świra - komediomediat, 2002, 125 min	0.40 Życie za życie - dramat krym., USA/Niemcy 2003, 175 min
5.20 Na ratunek 112 (802) - serial paradoksalny, Polska 2023	23.05 Comedy Club 4 (9, 10) - pr. rozrywk.	2.55 Dziewczyny z Hollywood 2 (2)	3.00 Astrid i Raphaëlle 3 (5, 6) - serial krym., Fr./Belgia/Szwajcaria	1.50 Ciało - komedia, 2003, 150 min	3.35 Tajemnice piramid - film dokum., Fr. 2010
	0.05 Miasteczko South Park 18 (6, 7)	3.05 Szkoła (710)	5.10 Krok (5) - serial kryminalny, Fr. 2024		
	1.00 Pracochólicy 3 (9, 10)				
	2.00 Śmiešniejszej nie będzie 2 (9, 10) - rozr.				
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX	KINO TV	ROMANCE TV
11.20 Biały budynek - film obyczajowy, 2021, 95 min	13.25 Święty (51, 52) - kom., Pol.	6.00 Arcadia 2 (7) - serial s.f.	9.10 Z archiwum X (3) - s.f.	8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (10, 11)	14.20 Terapia pod palmami - film obycz., 2020, 105 min
12.55 Ricky Bobby - Demon prędkości - komedia obyczajowa, 2006, 105 min	14.25 Co ludzie powiedzą? 5 (3) - serial kom., Wlk. Bryt.	7.00 Surrealstate (6-8) - serial grozy, USA 2021	10.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (23, 24) - krym.	11.05 Panna Scarlet i komisarz (5, 6) - krym.	16.05 Wiosna dla początkujących - kom. obycz., Niem. 2012, 115 min
14.40 Siostrzeństwo - komediomediat, Francja/Maroko 2023, 100 min	16.05 Jedną nogą w grobie (6)	10.00 Medium 6 (4, 5) - krym.	11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (19, 20)	13.10 Poirot - serial kryminalny	18.00 Zwierzyniec doktor Mertens (88) - obycz.
16.20 Je'vida - dramat hist., Finlandia 2023, 100 min	16.55 Czarna Żmija 4 (6) - kom.	12.45 Czarodziejki 6 (1)	13.45 Agenci NCIS 8 (14, 15)	15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (12, 13)	19.00 Górski lekarz (92) - obycz.
18.00 Pan i pani Smith - kom. film, USA 2005, 120 min	17.35 Bob kocha Abisłohę 3 (12-14) - serial komediowy, USA 1999-2000	13.40 Grimm 2 (19, 20) - fantasy	15.35 FBI (3) - serial kryminalny	17.50 Panna Scarlet i komisarz 2 (1, 2) - krym.	20.00 Inga Lindström: Droga do ciebie - film obycz., Niemcy 2005, 110 min
20.00 Sengo (9, 10-ost.) - krym.	19.00 Dwoch i pół 9 (9-12-15) - serial komediowy, USA 1999-2000	15.30 Medium 6 (6, 7) - krym.	16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (25, 1) - serial krym.	20.00 Amerykański sinjor - film sensacyjny, 1985, 120 min	21.50 Rosamunde Pilcher: Magia miłości - film obycz., Niem. 1999, 115 min
21.55 Sekretarka - komediomediat, USA 2002, 110 min	21.00 Świat według Kiepskich (9-11) - serial kom., Polska 2003-2012	17.20 Czarodziejki 6 (2, 3)	18.20 Z archiwum X (4) - s.f.	22.00 Oczy weźa - thriller, USA 1998, 120 min	23.45 Górski lekarz (92) - obycz.
23.45 Wściekle psy - film sensacyjny, 1992, 100 min	22.30 Co ludzie powiedzą? 5 (4) - serial kom., Wlk. Bryt.	19.10 Grimm 2 (21, 22) - fantasy	19.15 FBI (4) - serial kryminalny	2.20 Cyborg - film s.f., USA 1989, 115 min	0.45 Inga Lindström: Droga do ciebie - film obycz., Niemcy 2005, 115 min
	23.05 Jedną nogą w grobie 2 (1) - serial kom., Wlk. Bryt.	21.00 iZombię 2 (8-11) - serial grozy, USA 2015	20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (21, 22)	4.15 Bonanza - serial obycz.	
	23.50 Czarna Żmija (1) - kom.	1.00 Atak na dzielnicę - kom. s.f., 2011, 120 min	22.00 Paradise (1) - serial krym.		
	0.30 Comedy Club 8 (4) - rozr.	3.00 Czarodziejki 6 (2, 3)	23.00 Z archiwum X (4) - s.f.		
		5.00 Arcadia 2 (7) - serial s.f.	23.55 Tropiciel (12) - serial krym.		
			0.50 FBI (4) - serial kryminalny		
			1.45 Agenci NCIS 8 (15) - sens.		
CINEMAX 2 HD	EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ NOVELAS+ HD	FX COMEDY	FILMBOX PREMIUM HD	PARAMOUNT NETWORK
12.40 Nade mną niebo, w dolinie ja - film obyczajowy, 2024, 90 min	9.25 Lekarze na start (47, 48)	10.00 Wszędzie ty (61) - telen.	8.00 Genialna Morgane 3 (2, 3) - serial kryminalny, Fr.	11.15 Magik z Nowego Jorku - komediomediat, USA 2014, 110 min	6.00 Elementary (1-3) - krym.
14.10 Rzeka życia - dramat obyczajowy, 1992, 125 min	11.00 Agenci NCIS 17 (1, 2)	10.00 Otchłań namiętności (71) - telen., Meksyk 2012	10.10 Jim wie lepiej 3 (23, 24)	13.05 Wesela Jenny - komedia, USA 2015, 105 min	9.25 Policyjna grupa pościgowa 20 (4) - dok.
16.15 Pocalunek - dramat obycz., Dania 2022, 115 min	13.45 Jane Eyre (3) - kostium.	12.00 Za wszelką cenę (41)	12.00 Wszyscy Kochają Raymonda 7 (10-13)	14.50 Rozbitkowie - komedia romantyczna, 2005, 95 min	10.25 Pingwiny z Madagaskaru 3 (7)
18.10 Maxine - dram. obycz., Wielka Brytania, 140 min	14.50 Panna Marple: Karaibską tajemnicę - film kryminalny, Wielka Brytania/USA 2013, 115 min	13.00 List poźegnalny (46)	14.00 Diabli nadali 5 (25) - kom.	16.25 Zadbaj o siebie - kom. film romant., USA 2014, 105 min	11.00 Terminal - komedia romant., USA 2004, 175 min
20.30 Na złej drodze - dramat kryminalny, 2022, 95 min	16.45 Agenci NCIS 17 (3, 4)	14.00 Klas 95 (43, 44) - telen.	14.30 Diabli nadali 6 (1-3)	18.10 Pokonać górę - dramat przygodowy, 2024, 110 min	13.55 Złap mnie, jeśli potrafisz - kom. krym., 2002, 185 min
22.05 Nie obudzisz siebie zbyt wiele po końcu świata - komedia, 2023, 160 min	18.30 Marlow: klub zbrodni (1)	16.00 List poźegnalny (47)	16.00 Simpsonowie 32 (15-18)	20.00 Alex Cross - thriller, USA 2012, 110 min	17.00 Forrest Gump - komediomediat, USA 1994, 180 min
0.45 The Grudge - Kłątwa - horror, USA/Japonia 2004, reż. Takashi Shimizu, 90 min	19.30 Lekarze na start (49, 50)	17.00 Za wszelką cenę (42)	18.00 Jak poznałem waszą matkę 6 (7-9) - serial kom.	21.50 Dynastia Tudorów (7, 8)	23.30 Wywiad z wampirem - horror, USA 1994, 150 min
	21.00 Nędznicy (4) - kostium.	18.00 Otchłań namiętności (72) - telen., Meksyk 2012	19.30 Współczesna rodzina 2 (10-12) - serial komediowy	2.05 Powrót Bena - dramat obyczajowy, 2018, 110 min	2.00 Equilibrium - film s.f., USA 2002, 125 min
	22.20 I nie było już nikogo (1)	19.00 Dziedziczka (61) - telen.	21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (1, 4)		
	0.15 Panna Marple: Kieszkańska pełnia - film krym., Wlk. Bryt. 2008, 105 min	20.00 Wszędzie ty (62) - telen.	22.00 Bad Boys 2 - komedia sensacyjna, 2003, 175 min		
		21.00 Klas 95 (44) - telenowela	0.55 Genialna Morgane 3 (3)		
		22.00 List poźegnalny (47)			
		23.00 Za wszelką cenę (42)			
		0.01 Otchłań namiętności (72) - telen., Meksyk 2012			
		1.00 Dziedziczka (61) - telen.			

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
11.00 Snooker: Mistrzostwa świata w Sheffield – mecz finałowy
13.00 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Yonpyong – zjazd mężczyzn
14.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 4. etap
15.30 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina: León – Astorga
17.45 Kolarstwo górskie: PŚ w Yonpyong – cross-country mężczyzn
18.15 Snooker: MŚ w Sheffield – finał
19.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – bouldering mężczyzn

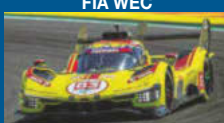
POLSAT SPORT 1 HD
7.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off
9.00 Polsat Futbol Cast – magazyn piłkarski, Polska 2026
10.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off
12.25 Hokej: Mistrzostwa świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026 – mecz: Francja – Litwa
15.55 Hokej: Mistrzostwa świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026 – mecz: Ukraina – Kazachstan
19.00 Hokej: Mistrzostwa świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026 – studio

CANAL+ SPORT HD
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Villarreal CF – Levante
11.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Motor Lublin – Lech Poznań
13.30 Jej Wysokość Premier League
15.10 Premier League Netbusters – mag.
15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Getafe CF – Rayo Vallecano
18.00 Premier League Stories (39) – mag.
18.30 Ekstraklasa po godzinach – mag.
19.30 Premier League Netbusters – mag.
20.00 Premier League: The Big Interview (39) – mag. piłkarski

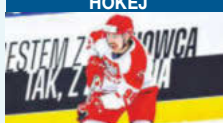
TVP SPORT HD
7.05 Magazyn 2. ligi piłkarskiej (62) – magazyn piłkarski
7.45 Piłka nożna: LM UEFA – skrót
9.05 Jeździectwo: Cavaliada Tour w Krakowie – GP
10.45 Piłka nożna kobiet: Liga hiszpańska: Barcelona – Levante
12.45 Quiz TVP Sport (19)
13.40 Koszykówka mężczyzn: NBA – mecz fazy play-off
15.40 Piłka nożna: LM UEFA – półfinał
17.55 Piłka nożna: Betclit 1. Liga: ŁKS – Pogoń Grodzisk Mazowiecki
20.05 Ring TVP Sport – magazyn bokserski

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 LaLiga Best 11 – magazyn piłkarski
7.45 Mityczne stadiony LaLiga – mag. piłkarski
8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Heidenheim
10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Valencia CF – Atletico Madryt
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – Parma Calcio 1913
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – BVB
16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus FC – Hellas Werona
18.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Espanyol – Real Madryt

Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
7.00 Na krańcu Alaski
8.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 4 – serial dok.
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów
10.00 Klan z Alaski – dok.
11.00 Złoto drwali (7)
12.00 Fani czterech kółek
13.00 Nagi instyntyk przetrwania 9 – dok.
15.00 Ziomowisko PL 2 (3)
16.00 Czarnobyl: dni, które wstrząsnęły światem (1) – dok.
17.00 Nic do zgłoszenia (3)
18.00 Truckeri (4) – dok.
19.00 Ziomowisko PL 5 (16) – serial dokum.
20.00 Ziomowisko PL 6 (1)
21.00 Gorączka złota 16 (21) – serial dok., USA



20.30 Wyścig 6-godzinny w Imoli
Inauguracyjna runda sezonu 2026. Do rywalizacji przystąpił m.in. Robert Kubica i jego koledzy z zespołu AF Corse.



19.25 Mistrzostwa świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026: Japonia – Polska



20.30 Speedway+
Najważniejsze informacje i ciekawostki o zespołach rywalizujących na co dzień w PGE Ekstralidze.



20.55 Final Four Ligi Mistrzów – półfinał: Unicaja Malaga – AEK
Czas poznać drugiego finalistę. W poprzedniej rundzie Unicaja wyeliminowała Albę Berlin, a AEK Asisę Joventut.



20.00 Bundesliga Weekly (37)
W programie m.in. ekspercki rzut oka na najciekawsze spotkania minionej kolejki niemieckiej ekstraklasy.



22.00 Premiera: łowcy opali 8: Pełny bak – Australia 2025

22.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina: León – Astorga
0.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – bouldering kobiet
1.00 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Yonpyong
1.30 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina: León – Astorga

20.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – bouldering kobiet
22.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off
1.00 Hokej: Mistrzostwa świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026 – mecz: Japonia – Polska

21.00 Boks: BKFC Blood 4 Blood: Daytona Beach
0.15 Premier League: The Big Interview (39) – mag. piłkarski
0.55 Ligomistrzowe historie (2) – mag.
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Wisła Płock
4.20 Magazyn PGE Ekstraliga

23.00 Sportowy wieczór – program inform.
23.35 Boks: Oleśnica Boxing Night – podsumowanie
2.00 Boks: Gala w Montrealu: Arthur Bizarlanov – Siergiej Lipinets
3.00 Boks: Gala w Tokonomie – podsumowanie

20.40 Formula 1: GP Miami
22.15 Ligue 1 Preview (33)
23.15 Full Impact (35)
23.45 Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk
2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Pisa – Lecce
4.00 Bundesliga Dino – film dokumentalny

23.00 Morze złota 13
0.00 Fani czterech kółek: w trasie (8) – dok.
1.00 Zoom na architekturę 6 – serial dokumentalny
2.00 Militaria na warsztat (12)
3.00 Królowie asfaltu (8)

EUROSPORT 2 HD
11.30 Cycling Show
12.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 4. etap
13.00 Lekkoatletyka: Maraton w Bostonie
15.00 Snooker: MŚ w Sheffield – finał
17.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao
18.30 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Yonpyong
19.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 5. etap
19.30 Discovery golf – mag.
20.00 Golf: Trust Championship – 1. runda
0.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 5. etap

POLSAT SPORT 2 HD
8.30 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 1. rundy gry pojedynczej
11.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 2. rundy
13.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 1. rundy
15.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 1. rundy
17.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 1. rundy
19.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 1. rundy
21.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga
23.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 1. rundy
1.00 Sporty walki: FEN

CANAL+ SPORT 2 HD
8.15 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 1. rundy
10.30 8 wspaniałych (3) – dok.
11.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 2. rundy
13.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 2. rundy
15.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 2. rundy
17.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 2. rundy
19.00 8 wspaniałych (5, 4)
20.30 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 2. rundy
22.45 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 2. rundy
1.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 2. rundy

EXTREME CHANNEL HD
10.00 Pro Bull Riders 2 (1)
11.00 X Games – Aspen 2021
12.00 Blue World 5 (1, 2)
13.00 Nomads Seeking Adventure (5, 6)
14.00 WWE Classic Gold
15.00 WWE Highlights (8, 11)
17.00 KPW Komбат TV (9)
18.00 New Japan Wrestling – Highlights (29, 30, 26, 3)
20.00 AEW Collision (2618)
22.00 Liga wyścigów dronów 6 (6) – mag.
0.00 New Japan Wrestling – Highlights (31, 14)
1.00 Nomads Seeking Adventure (5, 6)
2.00 Pro Bull Riders 2 (1)

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayer – Lipsk
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Como – Napoli
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Heidenheim
18.00 Formula 1: GP Miami
18.40 Piłkarscy celebryci – dok.
19.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Parma Calcio 1913
21.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Valencia CF – Atletico Madryt
23.00 Bundesliga Weekly (37)
23.30 Ligue 1 Show (32) – mag.
0.00 Piłka nożna: Liga francuska: OGC Nice – Lens

life DISCOVERY LIFE HD
10.15 Nowa Maja w ogrodzie 5 (24, 25)
11.15 Idealna niania 7 (9, 10)
12.45 Klinika bez tajemnic
14.45 Szpital (471, 472)
16.45 Idealna niania 7 (8-11)
19.45 Zrob coś z tym dzieckiem (3) – mag.
20.15 Chirurgia otętości (5)
21.15 Sekret mojego męża (8)
22.15 Kim i Kanye: Wielkie rozstanie (1) – film dokum.
23.20 Nie do uwierzenia! 5 (4)
0.20 Sekrety lekarzy (1)
1.20 Maja druga, zła połowa 2 (1) – serial dok.
2.20 Eks-tra zmiana (2) – rozr.
3.20 Szpital (407, 408)

POLSAT SPORT FIGHT HD
13.15 Atleci – magazyn sportowy
13.40 Sporty walki: Gala Sportów Walki w Międzychodzie: Michał Andryszak – Wesley Martins
14.45 Boks: Rocky Boxing Night w Sopocie: Nikodem Jeżewski – Marko Calic
17.15 Sporty walki: UFC 326: M. Holloway – C. Oliveira 2
19.40 K.O. TV Weekly (19)
20.10 Sporty walki: Gala Babilon MMA 54 w Grudziądzu – walka: Rafał Blachuta – Krystian Szczęsny
22.05 Boks: Rocky Boxing Night w Żukowie: Mateusz Polski – Luis Romero Mendoza

POLSAT SPORT 3 HD
6.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga
8.30 Piłka nożna z archiwum
11.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga
13.30 Piłka nożna z archiwum
16.00 Piłka nożna z archiwum
18.00 Piłka nożna z archiwum
20.00 Piłka nożna z archiwum
22.30 Piłka nożna z archiwum
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT 5 HD
11.00 Magazyn PGE Ekstraliga
12.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Radomiak Radom – Lechia Gdańsk
15.10 Turbokozak – mag.
16.20 Magazyn Metalkas 2
17.00 Timbersport: Mistrzostwa świata – zawody drużynowe
19.15 Premier League Stories
20.00 Dart: Premier League Darts w Leeds
23.45 Speedway+ – mag.
0.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Motor – Lech
2.35 Premier League: The Big Interview (39) – mag.

ELEVEN SPORTS 4 HD
14.30 Bundesliga Special
15.00 Full Impact
15.30 Ligue 1 Show
16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lille – Le Havre
18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: St. Pauli – Mainz
20.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Betis – Real Oviedo
22.00 Bundesliga Clubs – mag.
23.00 Unidesse – Najbardziej polski klub w Włoszech – reportaż, Pol.
23.25 Zaklinacz piłki – historia Andresa Miesty – dok.
23.40 Historyczne momenty Ligue 1 – cykl reportaży

ELEVEN SPORTS 3 HD
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese – Torino
14.00 Piłka nożna: Real Betis – Real Oviedo
16.00 Bundesliga Clubs – mag.
16.30 Full Impact (35) – mag.
17.00 Ligue 1 Show (32) – mag.
17.30 Bundesliga Special (19)
18.00 Piłka nożna: Liga włoska – US Cremonese – Lazio
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Union – FC Köln
22.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Lille OSC – Le Havre AC
0.00 Magazyn piłkarski
0.30 Najlepsi bramkarze Bundesligi lat 90.

CANAL+ DOKUMENTALNY HD
11.55 Wszystkie kolory świata 4 (3, 6, 4, 5) – dok.
15.55 Wyspa olbrzymów – dok.
16.55 Wielkie pomniki przyrody: Islandia – dok.
17.55 Nasze male Eldorado
19.00 Orłosep. W obronie ginącego gatunku – dok.
20.00 24 godziny na kole podbiegunowym – dok.
21.00 Obcyzna – film dok., Pol.
22.25 Elektrownia jądrowa w strefie wojny. Nowe zagrożenie? – dok., Niem.
23.25 Narodziny dyktatury
Droga Hitlera do władzy D-Day: 100 Days to Beat the Third Reich – dok., Fr.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	TVP HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki 11 – serial dok., Wielka Brytania	6.00 Zbrodnie, które wstrząsnęły Ameryką 6 – serial dokumentalny, USA 2016	11.00 Mega Metro (1) 12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Uzbrojenie i taktyka (1) – dok.	6.00 Wehikuł czasu (507) 6.05 48h. Zaginieni (18) – serial krym., Polska	6.20 Był taki dzień Okrasa lamie przepisy – mag. kulin. 8.05 Odnaleźć zaginione (14) – serial dokum.	11.15 Jak to wyjaśnić? 5 (9) – serial dok., USA
8.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny	8.00 Wielki szwindel – serial dokumentalny, Wlk. Bryt. 2023	13.00 Państwa Osi: Droga ku porażce (1) – dok.	8.50 Wehikuł czasu (507) 9.00 Starożytni kosmici (4) – serial dok., USA	8.45 Polskie drogi (7) 10.35 Wszystkie kolory świata – dok., Francja	12.10 Gwiazdy lombardu 25 (5)
11.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – program rozrywk.	10.00 W sieci kłamstw 3 – serial dokumentalny, USA 2016	14.00 Złapać przemytnika (8) – serial dok., USA	10.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy – serial dok.	11.35 Ex Libris – magazyn 12.00 Legends polskiego sportu (1) – mag.	13.05 Starożytni kosmici 16 (17) – dok.
13.00 Zoom na architekturę – serial dokumentalny, USA 2019	12.00 Śledztwo w sieci – serial dokumentalny, USA 2019	15.00 Strzegąc granic (7, 8) – serial dokum.	13.00 Poszukiwacze historii (13, 1) – dok.	12.55 Islandia: na granicy zimnej wojny (2)	14.00 Lowcy tajemnic (4)
15.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dokumentalny, USA	14.00 Proces na gorąco 2 – reality show	16.00 Tajemnicze mumie z Sakary (1) – dok.	14.00 Polowanie na Hitlera (1, 2) – dok.	14.00 Królowie (9) – hist.	14.50 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (12) – dok., USA
18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki 11 – serial dok., Wielka Brytania	16.00 Połączeni zbrodnią: Dom przy Hamilton Avenue; Zielone światło – serial dokumentalny, USA 2019	17.00 Tajemnice zaginionych miast (5) – serial dok., USA	16.00 Dorwać tuńczyka (10, 11) – serial dok.	14.35 Polskie drogi (8) 16.15 Sensacje XX wieku – wojenny, Pol. 2011	15.45 Gwiazdy lombardu 12 (8)
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	SZPIEGOWSKI	DOKUMENTALNY
					
21.00 Jak to jest zrobione? – Wielka Brytania 2015-2016 W odcinku programu ukazany między innymi proces produkcji saksofonów, skuterów, włoskich wypieków panettono, laptopów i parowarów z bambusa.	18.00 Zbrodnie w sąsiedztwie Tragiczna historia Stephanie Bennett. Ta zaledwie 23-letnia kobieta została zgwałcona i zamordowana we własnym mieszkaniu na przedmieściach Raleigh.	21.00 Co poszło nie tak (1) – Wlk. Bryt. 2019 14 sierpnia 2018 roku zawałił się na Ponte Morandi w Genewie. Zginęły 43 osoby. Eksperci próbują wyjaśnić, co było przyczyną katastrofy i czy można jej być zapobiec.	21.00 Poszukiwacze historii (1, 2, 9, 10) Miłośnicy historii udają się do lasów na Podkarpaciu, gdzie w czasie wojny Niemcy testowali rakietę V2. Kilka metrów pod ziemią może znajdować się wrak pocisku.	20.30 Zatoka szpiegów 2 (18) – Polska 2025 Sabotaż Bismarcka zostaje zagrożony przez zdradę Johanna. Eva stara się zorganizować raun na pancerniku, który ma być kluczowy dla przeprowadzenia akcji.	22.00 Skarby Hitlera: ostatnia wyprawa (6) Albrecht Syen wraca wspomnieniami do dawnych odkryć. W trakcie eksploracji nad jeziorem rozpętuje się gwałtowna ulewa, która komplikuje działania ekipy.
23.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – serial dokumentalny, USA	20.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet (10) – dok.	22.00 Jak oni to zbudowali? (1): Parki rzeczne i dzieła sztuki	23.00 Kobiety-szpiegzy II wojny światowej – film dokumentalny, Nowa Zelandia 2024	21.25 Zapomniane karty historii (2) – dok.	23.00 Piątką z historii (3, 4) – serial dokum.
1.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dokum.	21.00 Spowiedź mordercy: akta strażnika z Teksasu	23.00 Uwaga, katastrofa! (3) – dok., Kan.	0.00 Starożytni kosmici 16 (14) – dok.	22.25 Matka wołyńskich sierot – film dokum., Polska 2025	23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (5) – serial dok., USA
4.00 Zoom na architekturę – serial dokumentalny	22.00 Jak pozbyć się ciała? – serial krym.	0.00 Katastrofa w przestworzach (6) – serial dok., Kan.	1.00 Rolnicy. Podlasie (42-45) – serial dok.	23.35 Sensacje XX wieku – program historyczny	0.50 Starożytni kosmici 14 (15) – serial dokumentalny
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
8.00 Na ratunek starociom	13.40 Patagonia. Życie na krańcu świata (4)	12.00 Królestwo drapieżników (3) – dok.	11.40 W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem (1) – serial dokum.	14.35 W okowach mrozu: Odwilż (2) – serial dok.	13.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
9.00 Perelli na warsztat	14.45 Jak przetrwać w Australii (4) – serial dok.	13.00 Madagaskar – najdziwniejsze gatunki (1) – serial dok.	12.50 Wiek zasady (2) – przyrod.	15.30 Życie na pustkowiu 11	14.00 Resocjalizacja z pitbulliem – serial dok.
11.00 Przełete złoto – dok.	15.50 Niezwykłe podróże koleją (4) – serial dok., Fr.	14.00 Skarby oceanu (1) – dok.	13.55 Rekin alfa – film dokum.	16.30 Pewnego razu w kosmosie (3) – dok.	15.00 Kot z piekła rodem 8
13.00 Skarby z szopy (24, 25)	16.55 Dokąd dzisiaj? 4	15.00 Śmierć przychodzi po zmroku (1) – serial dok.	15.05 Twarz w twarz (1) – dok.	17.35 Skarby przeszłości i ich tajemnice (5) – serial dok.	17.00 Pokochoj koty – przyrod.
14.00 Lowcy staroci (14, 15)	18.15 Świat z góry 11 (5) – dok.	16.00 Olsniwiająca Ameryka: Tajemnica Kaskadia (1)	16.05 Rekin! (1) – dok., Wlk. Bryt.	18.35 Planeta Ziemia 3 (7)	18.00 Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok.
16.00 Skarby z szopy (26, 27)	18.45 Boris Becker. Wzlot i upadek (1) – film dokum.	17.00 Dorastanie w świecie zwierząt – serial dok., USA	17.00 Rzeczne potwory 8 (4)	19.45 Planeta zmian: Koralowce – film dokum.	19.00 Mieszkanie na pnju
17.00 Militaria na warsztat	19.45 Dawno temu w Europie (1) – film dok., Francja 2019	18.00 Dzikie miejsca Europy	18.00 Australijscy poławiacze homarów 5 (4) – dok.	20.55 Życie na pustkowiu 11 (9) – serial dok., Wlk. Bryt.	20.00 Małżeństwo w dżungli 2
18.00 Gra o skarb – serial dok.	20.50 Niezwykłe podróże koleją (12, 5) – serial dok.	19.00 Walki zwierząt (8) – dok.	19.00 W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem (2) – serial dokum.	21.55 W okowach mrozu: Odwilż (3) – serial dok.	21.00 Klan z Alaski – serial dok.
19.00 Przełete złoto – dok.	22.00 2000 Niszczycielskie żywioły	20.00 Niszczycielskie żywioły	20.00 Rekin kontra orki – dok.	22.55 Michael Mosley: zagadki ludzkiego ciała	22.00 Projekt akwarium – dok.
20.00 Kosmici na Alasce (4, 5)	23.10 Sowiecki futbol. W uścisku władzy – dok.	21.00 Niezwykły dr Pol	21.00 Rekin! (1) – dok., Wlk. Bryt.	23.55 Chirurdzy: kwestia życia i śmierci (2, 3) – dok.	23.00 Resocjalizacja z pitbulliem – serial dok.
22.00 Zoom na architekturę		2.00 Chiny: ukryte królestwa (4)	22.00 Planeta rekinów (1)		0.00 Poznajcie pingwiny
23.00 Śmierć Diany: dwa siedzta (4) – serial dok.			23.05 Rekin w Port Jackson		1.00 Irwinowie – następne pokolenie 4 – serial dok.
0.00 Zoom na architekturę: Siedem cudów świata			0.10 Rzeczne potwory 8 (4)		2.00 Mieszkanie na pnju
2.00 Pierwsze damy PRL (7, 8)					
3.00 Pasja – sposób na życie					
4.00 Mikroprzygoda (8) – dok.					
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
15.00 Wzgórza Styryjskie	8.00 48h. Zaginieni (194, 195)	13.15 Złoto Jukonu (4) – dok.	13.40 Naziści: korzenie zła (4)	13.15 Zbrodnie, które wstrząsnęły Anglią 2 (6)	8.05 Kobieta na krańcu świata (9, 1-3) – dok., Pol.
16.00 Dobre wieści z planety Ziemia (2) – cykl dokum.	10.00 Polacy za granicą (7, 8)	14.15 Australijscy poszukiwacze złota 9	14.35 Ramzes: władca Egiptu	14.10 Prawda leży pod ziemią (2, 4) – serial dok.	10.10 Niezwykłe Stany Prokopa (4-7) – pr. rozr.
17.05 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (4) – serial dok.	12.05 Wojny kontenerowe	16.10 Bohaterowie z St. John's 3 (10) – dok., Kan.	15.35 Aleksander Wielki: legendarny zdobywca	15.05 Zbrodnie po angielsku	12.15 Survival we dwoje (4, 5)
18.00 Niepoprawny Belmonto (2) – film dokumentalny, Fr.	13.25 Pozza kontrolą: World Trade Center – film dok.	17.05 Zabójcy połów (4) – dok.	16.35 Wojny faraonów (3)	16.00 Szukające morderstwa: Atlanta (1) – serial dok.	14.20 Człowiek kontra jędrzenie (16) – mag. kulin.
19.00 Kto rządzi światem? (1)	14.40 Prawdziwe zło. Ludzie, którzy stworzyli nazizm	18.00 Złoto Jukonu 2 – dok.	17.50 II wojna światowa – wielkie bitwy w Europie (8) – serial dok.	17.00 Morderca z internetu	14.55 Kobieta na krańcu świata (8, 1-3) – dok., Pol.
20.10 Laos – echa spokoju	16.45 Pociągi, które zmieniły świat (1) – dok., Wlk. Bryt.	18.55 Australijscy poszukiwacze złota 10	18.55 Punkty zwrotne II wojny światowej (6)	18.00 Nastoletnie polskie zabójczynie (5, 4) – dok.	17.15 Niezwykłe Stany Prokopa (2, 3) – pr. rozr.
21.05 Taniec z rosyjskim niedźwiedziem (5) – dok.	17.50 Czołgi: Evolucja maszyny wojennej (9)	21.00 Bohaterowie z St. John's 3 (2) – serial dok.	20.05 Naziści: korzenie zła (4)	19.00 Łowca morderców (4)	19.15 Ciepłarówka przez Stany
22.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn	20.00 Fabryki wojny (1-3) – dok.	21.55 Niezwykłe linie kolejowe (5) – serial dok.	21.00 Tajemnica Adriatyku (1)	21.00 Ferie, impreza, morderstwo 2 (9) – dok.	21.35 Duchy Morgan City (1, 2)
22.20 Powrót do Bhutanu	23.05 Broń, która wygrała II wojnę światową – dok.	23.00 W złej sprawie (5) – dok.	22.00 Historia Troi (1) – dok.	22.00 Pogrzebani za domem 3	23.40 Kobieta na krańcu świata (8-10) – dok., Pol.
23.25 Tajemnice miejsc zbrodni (4) – serial dok., Fr.	23.55 Lowcy nazistów (7)	0.00 Australijscy poszukiwacze złota 7 (1)	23.10 Chiny: Historia i współczesność (1)	23.00 Zbrodnie na żywo (3)	1.25 Survival we dwoje (4, 5)
0.20 Notacje – cykl dokum., Pol.	1.05 Przestępcze podziemie	1.00 Nago, samotnie i do domu daleko (4)	0.25 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (4)	23.55 Szukające morderstwa: Kalifornia 3 (4) – dok.	3.30 Niezwykłe Stany Prokopa (2, 3) – pr. rozr.

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TWN STYLE HD
14.45 Słowo daje!	8.20 Familiada – telet.	6.00 Oszukane (16, 17) – serial paradokum., Polska 2015	6.00 Strażnik Teksasu (21, 22) – serial sens.	6.00 Ukryta prawda (1176) – paradok., Pol.	5.30 Czas na zmianę (4) – reality show	
15.00 Serwis Info – pr. inf.	8.50 Va banque (1036)	8.00 Komisarz Mama (11) – serial kryminalny, Polska 2021	7.55 Bogaty dom – biedny dom (106) – reality show	8.20 Kartoteka 8 (17, 18)	6.00 Damy i wieśniaczki. Litwa (21, 22-ost.)	
15.10 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult.	9.25 Koło fortuny (1981)	9.00 Drugie życie sukni ślubnej (15) – program rozrywkowy	8.55 Policjantki i Policjanci (420, 421) – serial obycz., Polska (1160, 459) – serial paradokum., Polska	10.30 Detektywi (223, 313)	7.45 Zgłoś remont (8)	
15.40 Słownik polsko@polski (688)	10.05 Makłowicz w podróży – mag.	9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (29, 30) – reality show	11.55 Dlaczego ja? (1567, 1568) – paradok.	12.30 Zakup w ciemno 2 (40) – reality show	8.45 Pojedynek na podróże (4) – rozr.	
16.10 Życie po „Sanatorium miłośni” (9)	10.45 Postaw na milion Familiada – telet.	12.30 Bogaty dom – biedny dom (128, 132) – reality show, Polska	13.55 Trudne sprawy (1076-1078) – paradok.	13.30 Zakup w ciemno 7 (38) – reality show	9.50 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (3, 4)	
16.30 Barwy szczyścia (3304) – serial obycz.	12.35 Familiada – telet.	14.30 Kolacja w ciemno (41, 42) – program rozrywkowy	16.55 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (521) – reality show	16.45 Express – pr. inform.	11.25 Ugotowani (1, 2)	
17.00 Telexpress	13.15 Noce i dnie (6)	16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (4) – reality show	18.00 Policjantki i Policjanci (1418, 1419) – serial obyczajowy, Pol. 2026	16.58 Pogoda, sport	13.30 Kuchenne rewolucje (9, 7)	
17.20 Gra słów.	14.15 Pan Mama (17, 18)			17.05 Idź na całość 2 (2)	15.35 Jestem z Polski 16 (31) – serial dokum.	
17.50 Telexpress Extra	15.20 Program rozrywkowy			18.05 Zakup w ciemno extra (42)	16.40 Jestem z Polski (14) – serial dok., Pol. 2023	
18.15 UNESCO: Skarby Polski – serial dokum.	15.40 Tak to leciało! (79)			18.45 Damy i wieśniaczki. PL 8 (5) – fab-dok.	17.45 Kuchenne rewolucje (10, 11) – program rozrywkowy	
18.45 Panorama	16.35 Do śmiechu! (73)			19.45 Express – pr. inform.	19.50 Kuchenne rewolucje 14 (12) – program rozrywkowy	
19.20 Polacy światu	17.25 Va banque (1037)			20.05 Zakup w ciemno 7 (40) – reality show		
19.30 Program informacyjny 19.30	18.00 Koło fortuny (1982)			21.05 Zakup w ciemno extra (40)		
19.55 Pytanie dnia – publ.	18.40 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.			21.45 Express – pr. inform.		
	19.45 Makłowicz w podróży – mag.					
	20.20 Postaw na milion					



OBYCZAJOWY	ROZRYWKOWY	REALITY SHOW	KRYMINALNY	REALITY SHOW	ROZRYWKOWY
20.25 Ranczo 2 (18) – Polska 2007	22.15 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (35)	18.00 Nasz nowy dom (284, 285) – Pol. 2020	20.04 Uroczysko (248) – Polska 2026	22.00 Życie na kredycie 8 (19, 20) – Polska 2026	20.50 Zgłoś remont 11 (1) – Magda mieszka z bliskimi w wymarzonym domu. Wykończyli go z dbałością o detale. Zabrakło jednak pomysłu na sypialnię i garderobę. Pomocze Krzysztof Miruć.
Wójt wysłał Czerepacha do Brukseli na kurs. Przed wyjazdem wyrzucił on do kosza wniosek Lucy o stworzenie w Wilkowiach uniwersytetu ludowego.	Wybór najlepszych skeczy grupy. Kultowe scenki ukazują codzienne sytuacje w krzywym zwierciadle i przypominają, za co widzowie kochają ten kabaret.	Pani Aneta wraz z córką żyje skromnie w wielorodzinnym budynku. Problem stanowią grzyb, wilgoć i brak bezpiecznego ogrzewania. Pomocze ekipa Katarzyny Dowbor.	Śledztwo w sprawie kradzieży w pociągach i zabójstwa Leszka Wieczorkowskiego przyspiesza. Tymczasem Filip i Marek planują obławę na właściciela baru.	Perypetie Polaków zmagających się z drożyzną. Widzowie obserwują, co rodziny kupują i z czego rezygnują, by dopasować styl życia do obecnej rzeczywistości.	
21.20 Polonia 24 Tygodnik	22.25 Profilerka Jastrzę (3)	20.00 Walka o życie (2) – serial dok., Pol. 2025	20.30 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1027) – serial krym., Polska	23.05 Kanapowicznie 3 (11) – pr. rozrywk.	21.50 Jestem z Polski 2 (2, 4) – serial dokum.
23.15 Panorama	23.45 Matka wołyńskich sierot	21.00 Polacy za granicą – miłość (1, 2) – dok.	21.30 Sprawiedliwi. Trójmiasto (144)	0.05 Żony Podlasia 4 (5)	23.45 Hotel Paradise 12 (40) – reality show
0.45 Rodzinka.pl (250)	1.10 Kresowe grody i rody (9)	23.00 Gry małżeńskie (131) – reality show	22.40 Pole śmierci – thriller, USA 2021, 125 min	1.05 Wakacje dla bogaczy (4) – pr. rozr.	0.45 40 kontra 20 2 (15, 16) – reality show
1.30 Program informacyjny 19.30	1.50 Kabaretomanicy (10, 11) – pr. rozrywk.	0.00 Love Island. Wyspa miłośni (1, 2)	0.45 Love Island. Wyspa miłośni (36)	2.15 Dobra robota 3 (12)	2.40 Apetyt na miłość (7)
		2.35 Miłość z internetu (1) – serial dokum., Pol.		2.50 Osadzone. Blok F (25, 26) – paradok., Pol.	3.45 Dieta czy cud? (7)
				3.55 Damy i wieśniaczki. Ukraina 7 (18)	4.25 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (4) – mag. poradnikowy

TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD
11.20 Na sygnale (535, 536)	12.25 Muzyczne dzień dobry	8.00 Strażnik Teksasu 7 (1, 2)	12.00 Miłość bez tłumaczenia	13.25 M jak mięso (5, 6) – dok.	13.00 Zawodowi handlarze
12.25 Ojciec Mateusz 2 (15)	13.30 Emeryci na tropie	10.00 MacGyver (4, 5) – sens.	13.00 Wspólne życie XXL	14.25 ABC gotowania	14.30 Wojny samochodowe
13.20 Komisarz Alex 7 (89)	14.00 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.	12.15 Pułapki umysłu (1) – dok.	15.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 (9) – reality show	– kuchnia meksykańska	16.30 Jeździć, obserwować
14.15 Ranczo 5 (63, 64) – obycz.	15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	13.25 Dynamo: Więcej niż magia (4) – dok., Wlk. Bryt.	16.00 Historie wielkiej wagi – dalsze losy – serial dok.	14.50 Kucharskiego pomysłu na kuchnię (3, 4) – mag.	18.00 Raport Turbo – mag. inf.
16.10 Tańcząca ze światłem – Malta (4) – magazyn	16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria	14.25 Sensacje XX wieku (6, 7)	18.00 Kilogramy zbudnej skóry 3 – serial dok., USA	15.45 Włoska kuchnia Gino: Piękno tradycji (1, 2)	18.15 Duda kontra Szafranski
16.40 Magiczne Podhale z Sebastianem Karpielem-Bulecką (8)	17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	16.45 Wojciech Szewski – bosy przez świat	19.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 5	16.40 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (5, 2) – dok.	19.00 Mobilni mechanicy (2)
17.10 Okrasa łamie przepisy	18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.	19.00 Strażnik Teksasu 7 (3, 4)	20.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5	18.30 Nie bój ryby! 2 (5) – mag.	19.45 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (7) – rozr.
17.45 Makłowicz w podróży	19.50 Kino TVS: Film fabularny – 225 min	21.00 Hity polskiego kabaretu 7 (3) – pr. rozr.	22.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu	19.25 Zgrillowani 2 (1) – mag.	20.30 Zawodowi handlarze
18.20 Ojciec Mateusz 20 (257)	23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	22.00 Kabaretowe przeboje 3	23.00 Skróce na ratunek 6	19.50 M jak mięso (10) – dok.	21.15 Z drugiej ręki (14) – mag.
19.20 Ranczo 8 (92) – obycz., Pol.	0.30 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz.	23.00 Magia nagości.	0.00 Dr Przyszycilla 4 – dok.	20.15 Bosacka daje radę 4	22.00 Raport Turbo – mag. inf.
20.10 Rodzinka.pl (217, 218)		23.55 Magia nagości 2 (10)	1.00 Rodzina 10+ 8 – pr. rozr.	21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 11	22.45 Wojny samochodowe
21.25 Komisarz Alex 24 (304)		1.05 Magia nagości. Dania (2)		0.45 David Rocco w czasie domowej kuchni (25, 26)	23.45 Ciężarówka przez Chile
22.20 Licencja na uwodzenie		1.55 I love kabaret (5-7) – rozr.			0.45 Naprawy nie do naprawy (5) – mag.
FILM – komedia romantyczna, Fr./Monako 2010, 115 min		5.10 I love kabaret EXTRA			1.25 Wojny samochodowe

NOVA	NOVA TV	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO HD	HGTV
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (7) – kom., Pol.	8.35 Szpital (697, 698)	10.35 Co Polak trafi na drodze? (4) – pr. rozr.	11.00 Porzucone budowie 7 (4)	11.55 Mały metraż w wielkim stylu 2 (7, 8) – serial dok.	10.00 Letnia chatka na lata (1)	
10.00 Miodowe lata (30) – kom.	10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (5, 6)	11.40 Kabaretowy szal (1)	12.00 Wariaci za kierownicą 4	12.50 Gardeners' World 14 (24)	10.55 Zarobić na remoncie 6	
10.30 Wzięcie (47-49) – dok.	12.35 Szkoła (680) – paradok.	12.40 Waniec miłości (46)	13.00 Makłowicz w podróży	14.00 Cudotwórcy 7 (12) – mag.	12.30 Zarobić na remoncie 7	
12.00 Poirot (4, 5) – serial krym.	13.35 Przepis na życie 4 (4)	13.50 77 TV 5 (2) – pr. rozrywk.	14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (14-16) – dok.	15.00 Wakacyjne domy na wynajem (19) – dok.	13.00 Zbudujemy fajny dom 2	
14.00 Świat według Kiepskich (570, 571) – serial kom., Pol.	14.35 Zapukaj do moich drzwi (132) – telen., Turcja 2020	14.50 Niezwykły dr Pol (26, 27)	16.56 Pogoda (4)	15.55 Daleko od miasta 12 (10)	13.55 House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (7, 8) – pr. rozr.	
15.00 Świat według Bundych (241-246) – serial kom., USA	15.40 The Floor (17, 18) – telet.	16.50 77 TV 5 (7) – pr. rozrywk.	17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 2 (4)	16.20 Daleko od miasta 13 (1)	15.05 Mieszkanie na miarę	
18.00 Calkiem nowe lata miodowe (4) – kom., Pol.	17.00 Ciężarówka przez Afrykę (6) – serial dokum.	17.50 Wojciech Szewski – bosy przez świat	20.00 Policjanci z sąsiedztwa 4 (8) – dok.	16.50 Gardeners' World 14 (27)	17.00 Polowanie na ogród 3	
18.30 Miodowe lata (8-11)	18.00 Prawo Agaty 3 (12)	18.50 Morderstwa w Paryżu 9 (9) – serial kryminalny, Fr.	21.00 Policjanci w akcji (9)	18.00 Ucieczka na wieś 25 (18)	18.15 Weekendowa metamorfoza 2 (7, 8)	
21.00 Zdrady (87) – paradok., Pol.	19.00 Kartoteka 9 (14, 17)	19.58 Czas na pogodę – pr. inf.	21.00 Strażacy z sąsiedztwa 2	19.00 Wielkie projekty: nasza ulica 3 (4) – dok., Wlk. Bryt.	20.05 Dorota was urządzi!	
22.00 Ślad (82, 83, 89) – krym.	21.05 Kryminalni (10, 11)	20.00 Morderstwa w Paryżu 9 (10) – serial kryminalny, Fr.	21.59 Pogoda (4)	20.00 Daleko od miasta 14	21.35 Zróbnij sobie dom (10)	
1.00 Łowca pedofilów	23.15 Kuba Wojewódzki (10)	21.15 Morderstwa we Francji – Saint-Paul de Vençe – krym., Fr. 2017, 120 min	22.00 Kabaretowy śmiech grupowy (6) – pr. rozrywk.	21.00 Cudotwórcy 7 (13) – mag.	22.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 (5-8) – pr. rozr.	
3.00 TV okazje (89, 90)	0.30 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 8 (6) – dok.	23.15 Ostatni bój trzystu – dok.	23.00 Przebojowe Kabarety (1)	22.00 Przekopimy Ci ogródki (7) – serial dok.	0.50 Kupujemy dom na plaży 26 (13) – dok.	
3.50 Vehikul czasu (507, 506)	1.30 Szpital (693) – paradok.		1.00 Mistrzowie Kabaretu 4	22.55 Gardeners' World 14 (10)		
4.00 Sala operacyjna 4 (5, 7)	2.30 Szkoła (798, 792)			0.10 W mieście czy na wsi?		

POLSAT 2 HD
5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom
7.30 Na ratunek 112
8.30 Sekrety rodziny
11.30 Trudne sprawy
12.30 Dlaczego ja?
14.30 Świat według Kiepskich
17.00 48h. Zaginieni
19.00 Gliniarze
20.00 Ślad
21.00 Gliniarze

SUPER POLSAT
6.05 Wydarzenia
6.45 SuperLudzie Extra
7.00 Na ratunek 112
8.00 Doktor Martin
10.00 Wydarzenia
10.30 SuperMocni
11.30 Świat według Kiepskich
13.30 Bitwa o palety
14.30 Hell's Kitchen
16.00 Ninja Warrior Polska
17.55 Świat według Kiepskich
20.00 Złomiarze

TV 6
6.00 Więzienie
6.55 Policjantki i Policjanci
8.55 Kobra - oddział specjalny
10.55 48h. Zaginieni
13.55 Policjantki i Policjanci
14.55 Kobra - oddział specjalny
17.00 Magnum: Detektyw z Hawajów

BBC FIRST HD
6.00 Zagadki doktora Blake'a 3
6.55 My Life is Murder 2
8.35 Lewis 8
9.35 Ojciec Brown 9
10.35 Śmierć pod palmami 8
11.40 Zagadki doktora Blake'a 3
12.55 London Kills 2
14.55 Ojciec Brown 3
15.55 Lewis 8
16.55 My Life is Murder 2
17.50 Morderstwa w Midsomer 10
19.55 Śmierć pod palmami 8

STACJE DZIECIĘCE
10.45 Pamiętnik Floriki
11.05 Małe i duże przygody Miffy 2
11.20 Świnka Peppa 8
11.35 Stacyjkowo
11.55 Strażak Sam
12.25 Domisie
12.55 Halo, halo!
13.00 Szkoła z Kleksem Bystrzakiem
13.20 Pszczółka Maja
13.50 Lupin wśród bajek
14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham
14.30 Świnka Peppa 8
14.40 Topo Gigio
15.10 Rozmowy na dwie głowy
15.15 Al-chemik
15.35 Księga Ksiąg 5

STACJE INFORMACYJNE
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes
15.00 15 na żywo
15.00 Fakty po południu
18.00 Tak jest
19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach
20.00 Kropka nad i - publ.



22.00 Komisarz Mama (34) - Polska 2022

Maria kontynuuje śledztwo dotyczące śmierci Chomiciego. Odkrywa, że jej matka, Antonina Białas, może być zamieszana w sprawę.

- 23.00 Świat według Kiepskich (288, 289) - serial kom., Pol. 2008
0.00 Ślad (110) - krym., Pol.
1.00 Zdrady II (38)
2.00 Wydarzenia
2.40 Ewa gotuje (479)
3.10 SuperLudzie (9, 10)
5.10 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (153)



21.00 Inwazja: Bitwa o Los Angeles - USA 2011, rez. Jonathan Liebesman, 140 min

Kosmici atakują Ziemię. Sierżant Nantz włącza się do walki. Wraz z innymi wojskowymi chce zniszczyć centrum dowodzenia obcych.

- 23.20 Złodziej życia - thriller, USA/Kanada/Australia 2004, rez. D.J. Caruso, 130 min
1.30 Świat według Kiepskich (35, 365-368) - kom.
4.00 Nasz nowy dom (249, 250), Polska



18.00 Strażnik Teksasu (23, 24) - USA

Wyprawa na ryby zostaje przerwana, gdy Bobby i Alex stają się świadkami sprzedaży narkotyków. Sytuacja pogarsza się, gdy mężczyzna zostaje poważnie ranny.

- 20.00 Agenci NCIS: Los Angeles 13 (12-14) - serial sensacyjny
22.55 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (657, 658) - krym., Pol.
1.00 Kości (55, 56) - krym.
3.00 Septagon (24, 25)
5.05 Nona i jej córki (1)



21.00 Świadczy świadek 28 (9, 10)

Ekipa śledczych pod wodzą Lyell zajmuje się sprawą strzelaniny, do której doszło w syrjskiej restauracji.

- 23.15 Ojciec Brown 13 (3) - serial kryminalny, Wielka Brytania 2026
0.15 London Kills 2 (2, 3) - krym., Wlk. Bryt. 2019
2.20 Śmierć pod palmami 8 (6) - krym.
3.25 Morderstwa w Midsomer 10 (11, 12) - serial krym., Wlk. Bryt. 2007
5.10 Ulica nadziei 4 (2)



16.10 Kosmo-kumple - USA/Tajlandia 2021

Przygody dzieci, dla których prawdziwą inspiracją jest kosmos. Troje przyjaciół marzy, by odkrywać odległe galaktyki i zaprzyjaźnić się z kosmitami.

- 16.35 Ricky Zoom (83, 84)
17.05 Super Wings: Strażnicy Świata (15, 16) - serial anim.
17.30 Piotruś Królik
18.00 Nowe przygody Piotrusia Pana (18)
18.30 Luke, podróżnik w czasie (31, 32)
19.00 Dolina Muminków 3
19.25 44 Koty



20.30 Czarno na białym

Twórcy ukazują sytuację w kraju, analizując kilka wybranych wydarzeń, które miały wpływ na życie Polaków. Program prowadzi Patrycja Redo-Labędziewska.

- 21.00 Polska i świat - inf.
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu - mag.
0.25 Biznes - pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach
1.20 Kropka nad i - publ.
1.50 Tak jest - pr. publ.
2.50 Nowa Maja w ogrodzie - mag.
3.10 Akademia ogrodnika - mag.

POLSAT PLAY HD
6.00 Niezwykłe pociągi (1)
7.00 Truckersi przez Australię (5) - serial dok.
8.00 Dorwać tuńczyka (2)
9.00 Wojny magazynowe
10.00 Wojny kontenerowe
11.00 Hardkorowy łombard
14.00 Polacy za granicą (61, 62)
16.00 Złomiarze (41, 42) - dok.
18.05 Poszukiwacze historii (154-157) - serial dokum.
20.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (192-195)
21.55 Górale (238) - serial dok.
22.30 Rolnicy - Tak się żyje u nas na wsi (225, 184, 183, 186, 185, 187-192)
4.00 Starożytni kosmici

FOOD NETWORK HD
13.10 Posiekani na słodko (4)
14.10 Dziwne potrawy (7)
15.10 Ogniemi i patelnia (10)
16.15 Kuchenne rewolucje (5)
17.15 Magda gotuje internet
17.50 Apetyt na miłość (4)
18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków: słodkie duety (3) - magazyn kulin.
19.50 Pojedynek na grillu (6)
20.50 Kulinarne podróże z Guyem Fierim: Powroty 6 (7, 8) - mag.
22.00 Dzwiczne potrawy (4)
23.00 Akcja: Restauracja! (12)
0.00 Człowiek kontra jedzenie (10-12) - mag.
1.30 Pyszne miejscówki (6, 7)

POLSAT RODZINA HD
9.00 Sąsiedzi (69) - anim.
9.05 Gwiazdy lombardu
11.05 Bogaty dom - biedny dom (117, 118)
13.00 Rodzina zastępcza (304, 305) - kom., Pol. 2008
15.00 Niezwykłe pociągi (2, 1)
17.05 Pingwiny z Madagaskaru 3 (2-5)
19.00 Rodzina zastępcza (262)
20.00 Miodowe lata (15, 16, 53)
21.55 Nasz nowy dom
0.05 Broń, która wygrała II wojnę światową - dok.
1.05 Ostatni rok Hitlera - dok.
2.00 Ewa gotuje (458, 459)
3.00 SuperLudzie 2 (14, 15)
4.00 Kolowrotek (148, 149)

BBC LIFESTYLE HD
13.30 Domy gwiazd z Abbey Clancy (6) - pr. rozrywk.
14.30 Jak mądrze schudnąć? 3 (2) - serial dok., Wlk. Bryt.
15.30 Zapraszam do stołu: Wielka porcja 20 (2)
17.35 Najdłuższe brytyjskie domy 2 (1) - reality show
18.35 Mistrzowie zycia 9 (2)
19.45 Wielkie nowozelandzkie wypieki 2 (9) - pr. rozrywk.
21.00 Cała prawda o alkoholu (1) - film dokum., Wlk. Bryt.
22.10 Cena idealnego ciała z Olivia Attwood (5)
23.10 Wystydliwe choroby: Wizyta kontrolna 6 (1)
0.10 Ratunek dla skóry 4 (12)

NICK JR. HD
16.10 Błaze i Megamaszyny 7
16.40 Psi Patrol 2 (9) - anim.
17.00 Rubble i jego ekipa 4 (6)
17.10 Rubble i jego ekipa (6)
17.30 Pan Krokodyl (7) - anim.
18.00 Barbabapa i jego rodzinka (15) - serial anim.
18.25 Tim Rex wśród gwiazd 2
18.55 Dora 4 (2) - serial anim.
19.25 Przygody Misiona Paddingtona 2 (5) - anim.
19.50 Przygody Misiona Paddingtona 2 (2) - anim.
20.02 Świnka Peppa 7 (34-38)
20.30 Barbabapa i jego rodzinka 2 (7) - anim., Fr.
21.00 Barbabapa i jego rodzinka (16-18) - 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 Debatą 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
12.50 Przepis dnia (15) - mag.
13.00 Prywatka u Wojtki, czyli beneficj Wojciecha Gąssowskiego (1)
13.55 Pójdzki ziemne - historia miłości - dok.
15.00 Operacja zdrowie (66)
15.30 Ojciec Mateusz 25 (329)
16.30 Ojciec Mateusz 26 (330)
17.30 Plaże Europy (1)
18.30 Żona dla Polaka (7)
19.30 Miłość i nadzieja (236)
20.30 Wichrowe wzgórze (217)
21.30 La Promesa - pałac tajemnic (225) - obycz.
22.30 Miłość jest blisko - kom.
FILM
0.25 Lucia w pajęczej sieci (3)

E! ENTERTAINMENT HD
8.00 Plastikarna fuzzerka
9.50 Z kamerą u Kardashianów (15, 16)
11.40 Tyler Henry - medium z Hollywood (1, 2) - rozr.
13.30 Plastikarna fuzzerka
15.20 Z kamerą u Kardashianów (17, 18)
17.10 Tyler Henry - medium z Hollywood (3, 4) - rozr.
19.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! - program rozrywk.
19.30 Plastikarna fuzzerka (13, 14) - serial dok., USA
21.30 Z kamerą u Kardashianów 15 (8, 9)
23.30 Tyler Henry - medium z Hollywood (5, 6) - rozr.

TV TRWAM
16.00 Informacje dnia
16.10 Z wędką nad wodę w Polskę i świat
16.35 Sól ziemi
17.00 Modlitwa
19.25 Akademia pro-life
19.30 Każdy maluch to trafił
19.45 Modlitwa - religijny
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Głos Polki - cykl fel.
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Głos serca (118) - obycz.
22.45 Zwiolenie (18)
23.00 Ulmowie. Droga do świętości - pr. religijny

BBC BRIT HD
11.25 Niezwykłe hotele bez tajemnic 6 (3) - serial dok.
12.30 Top Gear 3 (2) - mag.
13.35 Warsztat Hammonda 5
14.35 Cuda inżynierii 3 (5)
15.45 Najszabsze ognio 3 (16)
16.40 Niezwykłe hotele bez tajemnic 6 (3) - serial dok.
17.50 Top Gear 3 (3) - mag.
18.55 Cuda inżynierii 3 (5)
20.00 Niezwykłe hotele bez tajemnic 6 (4) - serial dok.
21.00 Wynalazki, które zmieniły świat (2) - dok.
22.00 Tajemnice Trójkaty Bermudzkiej (2) - dok.
23.00 Top Gear 3 (3) - mag.
0.10 Najszabsze ognio 3 (16)

MINI MINI+ HD
15.10 Baranek Shaun (20-22)
15.36 Jeżyk Happy (3, 4) - anim.
15.55 Mia i Kodus (19) - anim.
16.05 Meka Ekspres (9, 10)
16.30 Ciekawski George 7 (5)
17.00 Strażak Sam 14 (19, 20)
17.25 Staś i fajna Babcia
17.50 Moje urodziny - dla dzieci
17.56 Smerfy (33) - serial anim.
18.25 Leśna rodzina: Pamiętnik Frel (9, 10)
18.50 Baczne oczka (11, 12)
19.05 Kicia Kocia (9, 10) - anim.
19.25 Kicia Kocia 2 (5) - anim.
19.36 Jeżyk Happy (3, 4) - anim.
19.52 Basia (5) - anim., Pol. 2016
20.05 Wierszki domowe
20.35 Dolina Muminków 4 (5)

TVP 3
13.00 Agrobiznes
13.20 Agropogoda
13.30 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Orazc
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 (146) - serial obycz., Turcja 2022

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

12.10

FILMBOX PREMIUM

Proza życia

KOMEDIA Brad, by pomóc synowi w wyborze koleżki, odwiedza z nim kilka uczelni. Spotyka dawnych kolegów, którzy odnieśli sukcesy. Reż.: Mike White, A: Ben Stiller, Austin Abrams, Michael Sheen USA 2017 **115 min ▶ do godz. 14.05**

12.15

CINEMAX

Tess

OBYCZAJOWY XIX wiek. Córka woźnicy trafia na farmę, gdzie poznaje młodego idealistę Angela. Zataja przed nim swoją przeszłość. Reż.: Roman Polański, A: Nastassja Kinski, Peter Firth, Leigh Lawson Wlk. Bryt./Fr. 1979 **170 min ▶ do godz. 15.05**

13.50

ALE KINO+

Jak zostać belfrem?

KOMEDIODRAMAT Doktorant matematyk rozpoczyna pracę jako nauczyciel w szkole średniej. Szybko przekonuje się, że to ciężki kawałek chleba. Reż.: Thomas Lilti, A: Vincent Lacoste, François Cluzet, William Lebghil Francja 2023 **130 min ▶ do godz. 16.00**

14.15

TVP KULTURA

Vera Cruz

WESTERN Rok 1866, Meksyk. Dwaj awanturnicy eskortują hrabinę Duvarre, która przewozi złoto. Dochodzi między nimi do konfrontacji. Reż.: Robert Aldrich, A: Gary Cooper, Burt Lancaster, Denise Darcel USA 1954 **105 min ▶ do godz. 16.00**

17.05

HBO

Gerta Schnirch

HISTORYCZNY Córka nazysty i Czeszki wraz z dzieckiem zostaje zmuszona do opuszczenia domu. Dołącza do transportu wysiedlanych Niemców. Reż.: Tomáš Mašín, A: Barbora Vachova, Milena Steinmasslová Czechy/Niemcy 2025 **175 min ▶ do godz. 20.00**

19.20

POLSAT FILM

Faceli w czerni 2

KOMEDIA SF Kosmitka chce zniszczyć Ziemię. By ją pokonać, agent J potrzebuje pomocy kolegi. Najpierw musi przywrócić mu wspomnienia. Reż.: Barry Sonnenfeld, A: Tommy Lee Jones, Will Smith, Lara Flynn Boyle USA 2002 **100 min ▶ do godz. 21.00**

20.00

PARAMOUNT NETWORK

Zjawa

BIOGRAFICZNY Traper uchodzi z życiem po ataku niedźwiedzi. Towarzysz porzuca go na pewną śmierć. Myśliwy chce się zemścić. Reż.: Alejandro G. Inárritu, A: Leonardo DiCaprio, Tom Hardy, Will Poulter USA/Kan. 2015 **195 min ▶ do godz. 23.15**

21.00

POLSAT FILM

Dżentelmeni

KRYMINALNY Weteran londyńskiego podziemia zamierza sprzedać narkotykowe imperium. Jego decyzja nakręca spiralę przemyśle. Reż.: Guy Ritchie, A: Matthew McConaughey, Charlie Hunnam Wlk. Bryt./USA 2019 **135 min ▶ do godz. 23.15**



Potężne monstra ponownie łączą siły, aby stawić czoło wrogowi.

20.00

TVN

Godzilla i Kong: Nowe imperium

PRZYGODOWY Przywódca plemienia ogromnych małp zamierza podbić planetę.

HIT DNIA

Placówka badawcza organizacji Monarch odbiera tajemniczy sygnał. Czuje go także głuchoniema Jia, ostatnia ocalała z Wyspy Czaszki i adoptowana córka doktor Ilene Andrews. Badaczka, wiedząc, że to zapowiedź niebezpieczeństwa, prosi współpra-

cownika, Berniego, o wsparcie. Tymczasem otwiera się zapadliśko, w którym Kong odkrywa nieznaną królestwo, zamieszkałe przez przedstawicieli swojego gatunku. Zaprzyjaźnia się z małym Suko, ale przywódcą plemienia okazuje się bezwzględny Skar King. Wraz ze



swoimi pobratymcami wychodzi on na powierzchnię Ziemi, gotowy nią zawładnąć. Nawet Kong nie jest w stanie ich pokonać. Z pomocą przychodzi mu Godzilla. **HD 150 min ▶ do godz. 22.30**

USA 2024 Reż.: Adam Wingard Wyst.: Rebecca Hall, Dan Stevens, Rachel House, Brian Tyree Henry, Alex Ferns



20.00

TV 4

Łowca i Królowa Lodu

FANTASY Freya odkrywa w sobie moc panowania nad lodem. Tworzy własne królestwo oraz armię łowców. Nie wolno im kochać. Zakaz łąmią Eryk (Chris Hemsworth) i Sara. Władczyni chce ich rozdzielić.

Reż.: Cedric Nicolas-Troyan Wyst.: Emily Blunt USA 2016 **HD 145 min ▶ do godz. 22.25**



20.00

TVN 7

Noce w Rodanthe

MELODRAMAT Adrienne (Diane Lane) doświadcza kryzysu w małżeństwie. Szuka wytchnienia, opiekując się pensjonatem. Przebywa tam jeden gość – dr Flanner (Richard Gere). Przypadkowo znajomi nawiązują romans.

Reż.: George C. Wolfe Wyst.: Viola Davis USA 2008 **HD 130 min ▶ do godz. 22.10**



20.00

TV PULS

Reguły zabijania

SENSACYJNY Płatny egzekutor (Michael Rooker) ma zlikwidować stróżów prawa, przypadkowych świadków zbrodni. Misja się jednak komplikuje, ponieważ policjantka, którą ma zabić, przypomina mu jego zmarłą żonę.

Reż.: Jesse V. Johnson Wyst.: Bruce Willis USA 2022 **HD 115 min ▶ do godz. 21.55**



20.10

TVP KULTURA

Most na Renie

WOJENNY Rok 1945. Niemcy zamierzają wysadzić przeprawę przez rzekę. Muszą to zrobić w ostatniej chwili, by umożliwić ewakuację swoich oddziałów. Misję przygotowania akcji otrzymuje major Krueger (Robert Vaughn).

Reż.: John Guillermin Wyst.: George Segal USA 1969 **HD 125 min ▶ do godz. 22.15**



22.30

TVN

Pacific Rim

SCIENCE FICTION Ziemię atakują gigantyczne monstra z innego wymiaru, które przechodzą przez podwodny portal. Do walki z najeźdźcami stają m.in. były pilot Raleigh Becket (Charlie Hunnam) i stażystka Mako Mori.

Reż.: Guillermo del Toro Wyst.: Idris Elba USA 2013 **HD 160 min ▶ do godz. 1.10**



22.35

TVP 1

Porady na zdrady

KOMEDIA ROMANTYCZNA Kalina i Fretka (Anna Dereszowska) zakładają firmę testującą wierność mężczyzn. Wszystko układa się doskonale do momentu, gdy jedna ze współpracowniczek zakochuje się w Macieju, mężu klientki.

Reż.: Ryszard Zatorski Wyst.: Mikołaj Roznerski Polska 2017 **HD 105 min ▶ do godz. 0.20**

→ filmowe hity



Weteran odegra kluczową rolę w przebiegu konfliktu z kosmitami.

22.20 **Wojna o jutro**

POLSAT SCIENCE FICTION Wyprawa w przyszłość stanowi jedyną nadzieję dla ludzkości, której zagraża inwazja obcych.

HIT DNIA Grudzień 2022 roku. Nauczyciel biologii i weteran wojenny Dan Forester dowiaduje się, że odrzucono jego kandydaturę do pracy w ośrodku badawczym. Gdy ogląda wraz z żoną i córką transmisję meczu piłki nożnej, na stadionie zjawiają się żołnierze, którzy przybyli przez portal czasowy z 2051 roku. Infor-

mują, że biorą udział w wojnie z najeźdźcami z kosmosu. Jeśli nie otrzymają pomocy, cywilizacja upadnie. Rozpoczyna się globalny pobór do wojska. Dan wyrusza w przyszłość. Spotyka dorosłą córkę i ojca. **HD 165 min ▶ do godz. 1.05**

USA 2021 **Reż.:** Chris McKay **Wyst.:** Chris Pratt, Yvonne Strahovski, J.K. Simmons, Betty Gilpin, Sam Richardson

→ sport



12.30 **Giro d'Italia**

KOLARSTWO LIVE Po raz szesnasty wyścig rozpocznie się poza terytorium Włoch. Do trzeciego etapu kolarze będą przemierzać Bułgarię. Ruszą z Nesebyru, a metę pierwszego odcinka miną w Burgas. Prawdopodobnie kibice zobaczą w akcji m.in. Jonasa Vingegaarda. **HD 240 min ▶ do godz. 16.30**



17.30 **PRES Toruń – Falubaz**

ŻUŻEL LIVE Mistrz Polski rozpoczął sezon Ekstraligi od porażki w starciu z Motorem Lublin. W drugiej rundzie pokonał zaś Unię. Co Torunianie pokażą w meczu z Falubazem, który rozczarował na starcie sezonu? **HD 150 min ▶ do godz. 20.00**

→ rozrywka



16.00 **Zbigniew Wodecki i jego goście**

KONCERT Przypomnienie wydarzenia z 2004 r. Artysta wystąpił u boku Hanny Banaszak, stworzył też nietuzinkowy duet z pianistą Waldemarem Malickim. Zabrzmiały takie przeboje jak „Chałupy welcome to”, „Zacznij od Bacha” czy „Izolda”. **HD 125 min ▶ do godz. 18.05**



20.45 **Kocham Cię, Polsko!**

WIDOWISKO W drużynie Michała Koterskiego wystąpią: Kasia Moś, Zygmunt Kukła i Magdalena Smalara. Ekipe Filipa Gurłacza zasilą m.in. Katarzyna Pakosińska i Andrzej Krzywy. Gościem jest Halina Mlynkowa. **HD 95 min ▶ do godz. 22.20**



20.00 **Lot Feniksa**

SENSACYJNY Pilot Towns (Dennis Quaid) ma zabrać z pustyni Gobi pracowników likwidowanej rafinerii. W drodze powrotnej dochodzi do katastrofy. Ocalali postanawiają z części wraku zbudować nową maszynę.

Reż.: John Moore **Wyst.:** Tyrese Gibson
USA 2004 **HD 145 min ▶ do godz. 22.25**



20.00 **Terminal**

KOMEDIA ROMANTYCZNA Po przylocie do Nowego Jorku Viktor (Tom Hanks) dowiaduje się, że jego kraj przestał istnieć. Nie zostaje wpuszczony na teren USA. Musi koczować na lotnisku. Zdobywa tam przyjaciół i miłość.

Reż.: Steven Spielberg **Wyst.:** Stanley Tucci
USA 2004 **HD 150 min ▶ do godz. 22.30**



19.25 **Polska – Litwa**

HOKEJ LIVE Tym meczem reprezentacja Polski zakończy udział w MŚ. W ramach przygotowań do turnieju w Sosnowcu rozegrała z Litwinami dwa sparingi. W obu była górą (3:0 i 3:1), choć nie wystąpiła w najsilniejszym składzie. **HD 155 min ▶ do godz. 22.00**



22.25 **Gwiazdy Kabaretu**

SATYRA Rewers wykona skecz „Tablety”. Widzowie dowiedzą się również, co może się stać, jeśli podczas kolędy księdzem okaże się kolega z akademika. Nie zabraknie numeru o cafeśnym kurierze pocztowym. **HD 55 min ▶ do godz. 23.20**



23.30 **Stowarzyszenie Wędrujących Dżinsów**

KOMEDIA Bridget (Blake Lively), Tibby (Amber Tamblyn) i ich przyjaciółki po raz pierwszy nie spędzą razem wakacji. Znajdują nietypowy sposób na utrzymanie kontaktu.

Reż.: Ken Kwapis **Wyst.:** Alexis Bleidel
USA 2005 **HD 150 min ▶ do godz. 2.00**



23.45 **Herkules**

PRZYGODOWY Syn Zeusa (Dwayne Johnson) i jego sześciu towarzyszy przyjmują propozycję władcy Tracji. Mają zmienić królewską armię w oddział niepokonanych wojowników. Nie znają jednak całej prawdy o swojej misji.

Reż.: Brett Ratner **Wyst.:** Ian McShane
USA 2014 **HD 105 min ▶ do godz. 1.30**



20.25 **Lech – Arka**

PIŁKA NOŻNA LIVE Poznaniacy walczą o mistrzostwo Polski, a Żółto-Niebiescy – o utrzymanie w Ekstraklasie. Mimo to w pierwszym meczu tych drużyn górą była Arka (3:1). Jeśli wygra także w Poznaniu, sprawi sensację. **HD 125 min ▶ do godz. 22.30**

→ dokument



20.55 **David Attenborough: początek wielkiej przygody**

BIOGRAFIA Z okazji setnych urodzin ukazana zostanie niezwykła droga przyrodnika, który od siedmiu dekad przybliża złożoność życia na Ziemi. **HD 65 min ▶ do godz. 22.00**

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.05 **Wykrywacz kłamstw** – publ.
5.25 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
5.45 **Reporterzy** – mag. reporterów
5.55 **Oko na świat** – magazyn
6.20 **Akacja 38** (853)
– telenowela, Hiszpania 2015
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Agape blisko Ciebie** – mag.
8.00 **Serwis Info** – program inform.
8.10 **Pogoda Info**
8.15 **Zaraz wracam 2** (126) – serial obyczajowy, Polska 2025
8.45 **Ranczo 2** (24) – obycz., Pol. 2007
9.45 **Komisarz Alex 3** (33)
10.40 **Ojciec Mateusz 11** (137)
11.30 **Okrasza łamie przepisy** – mag.
12.00 **Serwis Info** – program inform.
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda** – program inform.
12.40 **Magazyn rolniczy**
12.55 **Natura w Jedynce: Włochy – ostatnie dzikie zakątki** (2)
14.00 **Złoty chłopak** (286)
15.00 **Serwis Info** – program inform.
15.15 **Reporterzy** – mag. reporterów
15.35 **Gra słów. Krzyżówka** (1019)
16.05 **Dziśdzwietwo** (912) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Telexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
17.55 **Klan** (4711) – telenowela, Polska 2026
18.20 **Zaraz wracam 2** (127) – serial obyczajowy, Polska 2025
18.55 **Akacja 38** (864)
– telenowela, Hiszpania 2015
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**

TVP 2 HD DV3 T2

- 4.35 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2026
5.30 **M jak miłość** (1751) – serial obyczajowy, Polska 2023
6.25 **Anna Dymna – spotkajmy się!**
Robert Nieszczyński – talk-show
6.55 **Barwy szczęścia** (3375)
– serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – mag.
11.40 **Operacja zdrowie** (79)
– magazyn medyczny
12.15 **Program publicystyczny**
12.30 **Koło fortuny** (1822) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (90) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (958) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (897): Góra na ziarnku grochu – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (386) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Służba przyjmuje warunki pracodawców i kończy strajk. Jana namawia Curra, by ustalił, co łączyło Alonsa z ich matką.
16.00 **Koło fortuny** (1823) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (91) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 **Va banque** (959) – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3375)
– serial obyczajowy, Polska 2026
19.55 **Domowe patenty 2** (3)
– magazyn poradnikowy
20.05 **Barwy szczęścia** (3376)
– serial obyczajowy, Polska 2026

polsat POLSAT HD DV3 T2

- 4.40 **Disco Gramy**
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.00 **halo tu polsat** – magazyn
11.30 **Gliniarze** (763-765) – serial paradokumentalny, Polska 2023
14.40 **Dlaczego ja?** (1563) – serial paradokumentalny, Polska 2026
15.50 **Wydarzenia, pogoda**
16.20 **Interwencja**
– magazyn reporterów
16.30 **Na ratunek 112** (1160) – serial paradokumentalny, Polska 2026
Nauczycielka Elżbieta wie dzieje spokojne życie z 15-letnią Magdą i mężem. Odnajduje ją 27-letnia Marcelina, którą niedgdy oddała do adopcji. Wkrótce Magda zaczyna chorować na białaczkę i potrzebuje dawcy szpiku.
17.00 **Gliniarze** (1200) – serial paradokumentalny, Polska 2026
Olgiard i Krzysiek wyjaśniają sprawę uprowadzenia młodej kobiety, która właśnie rozstała się z partnerem. Zrozpaczona siostra kieruje podejrzenia detektywów na jej byłego chłopaka.
18.00 **Pierwsza miłość** (4212)
– serial obyczajowy, Polska 2026
Policjanci poszukujący porwanej Angeliki słyszą dobiegający z domu Olszewskich huk wystrzału. Znajdują Bolesława leżącego we krwi. Niebawem Eliza wraz z córką składa zaskakujące zeznania.
18.50 **Wydarzenia**
19.20 **Gość „Wydarzeń”**
– program publicystyczny
19.25 **Sport, pogoda**

tvn TVN HD DV3 T2

- 5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1631) – serial paradokumentalny, Polska 2024
6.50 **Kuchenne rewolucje** (2):
Siedliszcze – Bistro 12
– program rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.25 **Kuchenne rewolucje** (2, 10):
Świnoujście, Taste; Poznań
– Dobre Miejsce
– program rozrywkowy
13.40 **Ukryta prawda** (1595, 1596, 1681) – paradok., Polska
Łucja wychowuje z Wojtkiem córkę Odetę z pierwszego małżeństwa. Między nastolatką a ojczymem często dochodzi do kłótni. Łucja prosi byłego męża, by wpłynął na dziewczynę. Ten jednak wkrótce znika.
16.50 **Szpital św. Anny** (124) – serial obyczajowy, Polska 2026
Łukasz zdobywa dowody obciążające Streckera i razem z Zytą składa zeznania na policji. Na SOR-ze Maciek przyjmuje 60-latkę z podejrzeniem ostrego niedokrwienia nogi. Stan mężczyzny się pogarsza.
17.55 **Detektywi** (318) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Sprzed fundacji dla kobiet znika 7-miesięczny Kacperek. Zrozpaczona matka podejrzewa o porwanie męża, byłego policjanta. Funkcjonariusze uruchamiają child alert i rozpoczynają szeroko zakrojone poszukiwania.
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.50 **Uwaga!** – magazyn reporterów

20 KOMEDIOWY



- 20.30 **Powrót** (3) – Polska 2022
Małżeństwo Kostka i Malwiny przechodzi kryzys. Mężczyzna wpada na pomysł, by wziąć udział w indiańskim rytuale. Opowiada Janowi, że narkotyk, który zamierza zażyć, pomaga otworzyć świadomość. Starosteckiemu coraz bardziej podoba się praca w piekarni. Chciałby postawić ten podupadający biznes na nogi. Zaprzyjaźnia się on z młodą Izą. Tymczasem Agata mimo poczucia wolności nie czuje się szczęśliwa.
21.30 **Sekielski wieczorową porą** (35) – program publicystyczny
22.35 **Porady na zdrady** – komedia romantyczna, Polska 2017, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Magdalena Lamparska, Mikołaj Roznerski, Anna Dereszowska, Krzysztof Czczoł, 105 min
0.20 **Wojna zastępcza** (10): Eksplozja – serial szpiegowski, Polska 2025
1.10 **Donać małego** – komedia sensacyjna, USA 1995, reż. Barry Sonnenfeld, wyk. John Travolta, Danny DeVito, 105 min
2.55 **Sekielski wieczorową porą** (35) – program publicystyczny
4.45 **Zakończenie**

ROZRYWKOWY



- 20.45 **Kocham Cię, Polsko!** (9)
W dziewiątym odcinku w drużynie Michała Koterskiego wystąpią: Kasia Moś, Zygmunt Kukla i Magdalena Smalara. Ekipe Filipa Gurlacza zasilą tym razem Kasia Pakosińska, Andrzej Krzywy i Grażyna Wolszczak. Gościem muzycznym tego wydania będzie Halina Mlynkova. Program poprowadzi niezastąpiona Marzena Rogalska.
22.20 **Postaw na milion** – teleturniej
23.15 **To jest grane** (90)
– program muzyczny
23.45 **Herkules** – film przygodowy, USA 2014, reż. Brett Ratner, wyk. Dwayne Johnson, Ian McShane, John Hurt, Rufus Sewell, 105 min
Herkules szuka zapomnienia w krwawych bitwach. Towarzyszy mu sześciu wojowników. Król Tracji składa im propozycję.
1.30 **Zawsze zostaje ślad** – dramat obyczajowy, Niemcy 2017, reż. Jan Martin Scharf, wyk. Felicitas Woll, Martin Gruber, Aileen Kötter, Jasmina Al Zihairi, 90 min
3.00 **Akacja 38** – telenowela, Hiszpania 2015
4.40 **Zakończenie**

ROZRYWKOWY



- 20.00 **Must be the music** (135)
Drugi odcinek półfinałowy. W tym etapie rywalizacji prezentują się muzycy wyłonieni przez jurorów oraz zdobywcy dzikich kart. Najlepsi w finale za tydzień zawalczą o 250 tysięcy złotych szansę występu na Polsat Hit Festiwalu. Show prowadzi Patricia Kazadi, Maciej Rock i Adam Zdrójkowski.
22.20 **Wojna o jutro** – dramat s.f., USA 2021, reż. Chris McKay, wyk. Chris Pratt, Yvonne Strahovski, J.K. Simmons, Betty Gilpin, 165 min
Dzięki otwarciu portalu czasowego z 2051 roku przybywają podróżnicy, którzy mają do przekazania pilną wiadomość. Okazuje się, że za trzy dekady ludzkość stanie na straconej pozycji w wojnie z obcymi. Naczytel Dan odegra ważną rolę w przebiegu konfliktu.
1.05 **Accident Man** – film sensacyjny, Wielka Brytania 2018, reż. Jesse V. Johnson, wyk. Scott Adkins, Ray Stevenson, Ashley Greene, David Paymer, 145 min
3.30 **Nasz nowy dom** (346)
– reality show

PRZYGDOWY



- 20.00 **Godzilla i Kong: Nowe imperium** – USA 2024, 150 min
FILM
HIT DNIA
Placówka naukowa organizacji Monarch odbiera niezidentyfikowany sygnał. Czujce go także adoptowana córka Ilene. Niebawem otwiera się zapadłisko, w którym King Kong odkrywa nieznane królestwo. Przywódca zamieszkującego je plemienia chce zaważnąć Ziemią. Kong z pomocą Godzillai staje z nim do walki.
22.30 **Pacific Rim** – film s.f., USA/Meksyk 2013, reż. Guillermo del Toro, wyk. Charlie Hunnam, Diego Klattenhoff, Idris Elba, Rinko Kikuchi, 160 min
FILM
1.10 **Kuba Wojewódzki** (10)
– talk-show
2.25 **Szpital św. Anny** (85) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.25 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.40 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11** (21) – serial kryminalny, USA/Kanada 2011
4.40 **Nauka jazdy 5** (13)
– program rozrywkowy
5.10 **Jak to jest zrobione?** (4)
– serial dokumentalny, Kanada 2013-2014



- 5.20 Ten moment** (10) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (633-635) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 8.45 Ukryta prawda** (1292, 1354, 1355) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.55 W-11 – Wydział Śledczy** (963-965): Moje dziecko; Niezły numer; Wybawienie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2012
- 14.00 Detektywi** (78): Zabawimy się komisarzu – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 15.00 Szpital św. Anny** (114) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (628, 629) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 18.00 Sekrety życia** (14) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Marta i jej mąż są właścicielami gospodarstwa. Mężczyzna nie może pracować, ponieważ dwa miesiące temu nadwyreżył sobie kręgosłup. Między nim a 17-letnią córką Mileną ciągle dochodzi do kłótni.

MELODRAMAT



- 20.00 Noce w Rodanthe**
FILM – USA/Australia 2008, 130 min
Adrienne, by odpocząć od codziennych problemów, postanawia wyjechać na krótki urlop. Przez kilka dni ma się zająć pensjonatem prowadzonym przez znajomą. Z powodu zbliżającego się sztormu w hotelu przebywa tylko jeden gość, doktor Flanner.
- 22.10 Królowa przetrwania 3** (10) – reality show
Dwie rywalizujące drużyny dostają zaskakującą wiadomość od prowadzącej. Medytacja z mnichami i układanie mandali dają chwilę spokoju, ale wieczorem wybuchają konflikty. Następnego dnia uczestniczki czeka pojedynek na poduszki.
- 23.30 Stowarzyszenie Wędrujących Dżinsów** – komedia, USA 2005, reż. Ken Kwapis, wyk. Amber Tamblyn, Alexis Bledel, America Ferrera, Blake Lively, 150 min
- 2.00 Hotel Paradise 12** (40)
- 3.00 Żyjąc z potworem 6** (20) – serial dokumentalny, USA 2021
- 4.00 SOS Ekipy w akcji** (45) – serial paradokumentalny, Polska 2018

Następny odcinek obejrzysz na:



- 6.00 Policjanci z Miami** (8, 9): Bez wyjścia; Wielki McCarthy – serial kryminalny, USA 1984-1989
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (15, 1): Obrońca; Ostatni wysiłek – serial sensacyjny, Niemcy
- 10.00 Triumf miłości** (139, 140) – serial obyczajowy, Meksyk 2010
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (70) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (4) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Przepis na zbrodnię** (33) – serial kryminalny, Polska 2026
Mimo rozwodu Iwona i Dariusz nadal mieszkają razem. Na zewnątrz udają, że żyją w zgodzie, choć postanowili zakończyć swoje małżeństwo. W rzeczywistości każde z nich chce zmusić eks-partnera do wyprowadzki.
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 13** (707, 708) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 17.00 Dzielnica strachu 10** (468) – serial kryminalny, Polska 2025-2026
Podczas imprezy przebrana za klauna kobieta uprowadza ośmiolatkę. Andrzej i Jan szukają chłopca. Ludzie z półwiatrka wysyłają nadzorcę, by kontrolował poczynania Hrabiego.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (998, 999) – serial obyczajowy, Polska 2026
Elwira od pięciu lat utrzymuje się z alimentów od byłego męża. Symuluje padaczkę, a opłacony neurolog potwierdza diagnozę, by mogła uniknąć pracy.

SENSACYJNY



- 20.00 Reguły zabijania**
FILM – USA 2022, 115 min
Pracujący dla wpływowego bossa były żołnierz piechoty morskiej Gabriel Tancredi ma zlikwidować dwoje stróżów prawa, przypadkowych świadków zbrodni. Misja szybko się komplikuje. Gabriel wikał się w intrygę między rosyjską mafią a meksykańskim kartelem. Do tego młoda policjantka, na którą dostał zlecenie, coraz bardziej przypomina mu jego zmarłą żonę.
- 21.55 Twierdza** – thriller, USA 1996, reż. Michael Bay, wyk. Sean Connery, Nicolas Cage, Ed Harris, John Spencer, 155 min
Dawny szpieg Mason oraz naukowiec Goodspeed usiłują pokrzyżować plany zbuntowanego generała. Psychopata grozi, że w przypadku odrzucenia jego żądań okupu wystrzeli w kierunku San Francisco rakiety ze śmiercionośnym gazem.
- 0.30 Poza prawem** – film sensacyjny, **FILM** USA 2021, reż. Mike Burns, wyk. Bruce Willis, Jaime King, Lala Kent, Tyler Jon Olson, 120 min
- 2.30 Zobaczyć to!** – pr. powtórkowe

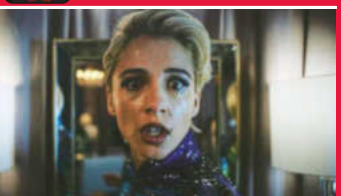


- 5.50 Ale numer! 23** (6) – pr. rozrywk.
- 6.25 Smerfy 2** (34) – serial anim.
- 6.35 Jeżyk i Przyjaciele** (7, 6) – serial animowany, Polska
- 7.00 Psi Patrol 8** (20) – serial anim.
- 7.35 Superkoty** (24) – serial anim.
- 8.00 Myszka Miki: Frajdomek** (22) – serial animowany, USA 2021
- 8.35 Masza i Niedźwiedź 6** (11, 12) – serial animowany, Rosja
- 8.50 Świnka Peppa** (3) – serial anim.
- 8.55 Bing** (23, 24) – serial animowany
- 9.25 Basia 2** (23, 24) – anim., Pol. 2019
- 9.50 Jeżyk i Przyjaciele** (5) – serial animowany, Polska 2023
- 10.00 Spidey i superkumple 2** (49, 48) – serial anim., USA 2022
- 11.00 Gigantozaur 2** (21) – serial anim.
- 11.25 Dinopociąg 2** (23) – serial anim.
- 11.55 Smerfy** (109, 110) – serial anim.
- 13.00 Gumisie 5** (3, 2) – serial anim.
- 14.00 Kacze opowieści** (45, 46) – serial animowany, USA 1987
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 4** (17, 18) – anim., Fr./Korea Południowa/Jap. 2020
- 16.00 Superthings: Kazoom Power** (6, 7) – serial anim., Hiszp. 2024
- 16.15 Fineasz i Ferb** (23) – serial anim.
- 16.50 Marta mówi 2** (14) – serial anim.
- 17.10 Superkoty** (23) – serial anim.
- 17.45 Świnka Peppa** (3) – serial animowany, Wielka Brytania 2004
- 17.50 Bing** (23, 24) – serial animowany
- 18.20 Masza i Niedźwiedź 6** (11, 12) – serial animowany, Rosja
- 18.35 Myszka Miki: Frajdomek** (22) – serial animowany, USA 2021
- 19.00 Don Matteo: Boski detektyw 14** (3) – serial kryminalny, Włochy 2024

KOMEDIA ROMANTYCZNA



- 20.00 Terminal**
FILM – USA 2004, 150 min
Viktor Navorski przylatuje do Nowego Jorku z Europy Wschodniej. Na lotnisku dowiaduje się, że w jego kraju, Krakow, doszło do zamachu stanu i trwa wojna domowa. Z paszportem państwa, które oficjalnie przestało istnieć, nie zostaje wpuszczony na teren USA. Jest zmuszony koczować na lotnisku, które z czasem staje się jego domem. Z wpływem tygodni odkrywa zasady, które rządzą terminalem.
- 22.30 Przepis na zbrodnię** (32-35) – serial kryminalny, Polska 2026
Rodzina nie zgłasza śmierci Antoniego, by pobierać jego emeryturę. Ciało seniora bliscy przechowują w zamrażarce. Sąsiedzi nabierają podejrzeń. Chcą zdemaskować oszustów, ale nie zamierzają zawiadomić policji.
- 2.25 Niesamowicie!** (22-25) – serial dokumentalny, Polska 2014
- 4.45 A kto to mówi?** (45) – program rozrywkowy
- 5.00 Kręcimy z gwiazdami 3** (3): Elektryczne Gitary – program rozrywkowy



UŚMIECHNIJ SIĘ 2
Gwiazda muzyki pop, Skye Riley (Naomi Scott), przygotowuje się do trasy koncertowej. Pragnie odbudować swoją zrujnowaną karierę. Staje się świadkiem makabrycznej śmierci przyjaciela, Lewisa (Lukas Gage), od którego chciała kupić lek opiodowy. To zdarzenie daje początek serii przerażających zdarzeń.
►horror, USA/Kanada 2024; 132 min

PREMIERA



DZIĘKUJĘ, NASTĘPNY 3
Po zakończeniu relacji, która pozostawiła po sobie tylko chaos, Leyla (Serenay Sarikaya) musi zmierzyć się z bolesną przeszłością. Stopniowo otwiera się na nowe doświadczenia i doznaje bliskości, której się nie spodziewała. Tym razem jednak chce być świadomą i kochać na zasadach, które sama wyznacza.
►serial obycz. (17 odc.), Turcja 2024



BRIDGERTONOWIE 4
Benedict Bridgerton (Luke Thompson) to niespokojny duch o artystycznej naturze. Podczas gdy bracia odnaleźli szczęście w małżeństwie, jego nie pociąga perspektywa stabilizacji i ślubu – aż do momentu, gdy na balu maskowym zorganizowanym przez matkę poznaje tajemniczą Srebrną Damę.
►kostiumowy (8 odc.), USA 2026



Z BELFASTU DO NIEBA
Roztrzepana scenarzystka Saoirse (Roisin Gallagher), zmęczona matka trójki dzieci Robyn (Sinead Keenan) i niezawodna opiekunka Dara (Caoilfionn Dunne) są przyjaciółkami. Tuż przed czterdziestką wyruszają w pełną przygód podróż na pogrzeb znajomej. W jej trakcie mierzą się z własnymi problemami.
►serial kom. (8 odc.), Irlandia 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD

6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 9 (8, 9) – serial krym., USA/Kanada 2008

7.30 Dr House 3 (3, 4) – serial obyczajowy

9.25 Castle 6 (17, 18) – serial kryminalny

11.20 Detektyw Monk 3 (16) – serial kryminalny

12.20 Detektyw Monk (1) – serial kryminalny

13.20 Dr House 3 (5, 6) – serial obyczajowy

15.20 Agenci NCIS 14 (5, 6) – serial sensacyjny, USA 2016

17.10 Castle 6 (19, 20) – serial kryminalny, USA 2013-2014

19.05 FBI 5 (16, 17) – serial kryminalny, USA 2022



21.05 W imię króla 2: Dwa światy – Kanada/ Niemcy 2011, 115 min

Granger zostaje wciągnięty przez portal czasu i przynosi się kilkadziesiąt lat wstecz do królestwa Ehb. Musi oswojzić je spod rządów tyrańcy Ravena.

23.00 Urowadzona – film sensacyjny, Francja 2008, 110 min

0.50 FBI 5 (16, 17) – serial kryminalny, USA 2022

2.40 Castle 6 (19) – krym.

3.35 FBI 2 (5) – serial krym.

4.25 Walker: Strażnik Teksasu (5) – krym.

TVP SERIALE

7.30 Ojciec Mateusz (437)

8.30 Komisarz Alex 23 (288) – krym., Pol. 2025

9.20 Rodzinka.pl (60)

9.55 Klan (1409) – telen.

10.25 Ranczo 5 (59) – obycz.

11.20 Rodzinka.pl (309, 310) – kom., Pol.

12.20 Pan Mama (41)

13.00 Zaraz wracam 2 (121) – serial obycz.

13.35 Ojciec Mateusz 26 (342) – krym., Pol. 2021

14.30 Ojciec Mateusz 27 (343) – krym., Pol. 2022

15.30 Komisarz Alex 23 (289) – krym., Pol. 2025

16.25 Na sygnale (443, 444)

17.30 Ranczo 5 (60, 61)

19.30 Ojciec Mateusz 27 (344) – krym., Pol. 2022

20.30 Ojciec Mateusz (438)



20.30 Most na Renie – USA 1969, 125 min

Czerepach rozszerza asortyment apteki o cudowną wodę ze świętych źródeł. Tymczasem radny Myćko zgłasza wniosek o referendum w sprawie odwołania Lucy.

23.25 Ojciec Mateusz 27 (345) – krym., Pol. 2022

0.15 Dzień dobry, Kocham Cię – komedia romant., Polska 2014, 90 min

1.45 Officer (11) – sens.

2.50 Zatoką szpiegów (4, 5) – szpiegowski

4.20 Klan (1409) – telen.

TVP KULTURA

9.05 Kulturalni (16) – mag.

10.00 Pan wzywał, miłordzie? 4 (5) – serial kom., Wlk. Bryt.

11.05 Ada! To nie wypadła! – komedia, Polska 1936, 100 min

12.45 Kant – doświadczenie wolności – film dokum., Niemcy 2024

14.15 Vera Cruz – western, USA 1954, 105 min

16.00 Zbigniew Wodecki i jego goście (1, 2)

18.05 Tygodnik kulturalny

18.55 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka – serial dokum.

19.30 Video Killed the Radio Star – dok.

20.00 Wieczór kinomana



22.15 Czwartkowy klub filmowy – mag. film.

22.20 Smuga cienia – dramat obyczajowy, Polska/Wielka Brytania 1976, 110 min

0.10 Przygodzie Sherlocka Holmesa (10) – krym.

1.05 Tygodnik kulturalny – magazyn kulturalny

ALE KINO+ HD

6.30 Polska z góry 5 (11) – serial dok., Pol. 2020

7.00 Pogrzeb panieństwa – film krótkometrażowy

7.50 Bracia – dramat obyczajowy, Polska 2021, 100 min

9.30 Mother Dear – film krótkometraż.

10.00 Van der Valk 3 (1) – serial kryminalny

11.55 Vera 9 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.

13.50 Jak zostać belfrem? – komediodramat, Francja 2023, 130 min

16.00 Peknięte lustro – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1980, 135 min

18.15 Vera 9 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.



22.25 Miasteczko Cut Bank – thriller, USA 2014, reż. Matt Shakman, 120 min

0.25 Aż do piekła – dramat kryminalny, USA 2016, 115 min

2.20 Belfer 3 (7) – serial kryminalny, Pol. 2023

CANAL+ PREMIUM HD

10.30 Hollywoodgate – film dokumentalny, Niemcy/USA 2023

12.05 Łap-u-capu

12.15 Idą – dramat obyczajowy, Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min

13.45 The Office PL 5 (4, 5) – serial kom., Pol. 2025

14.45 Riefenstahl – film dokum., Niemcy 2024

16.40 Making of – mag.

16.50 Saga „Zmierzczeni”: Przed świtem. – film fantasy, USA 2012, 115 min

18.45 Łap-u-capu

18.50 Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min



21.55 Uciekinier – film s.f., Wielka Brytania/USA 2025, 130 min

0.05 Everest – film katastroficzny, Wielka Brytania/USA/Islandia 2015, 120 min

2.05 Trzy miłości – thriller erotyczny, Polska 2025, 100 min

HBO HD

6.00 Te dni – komedia, USA 2025, 100 min

7.40 Jak wytresować smoka – film anim., USA 2010, 95 min

9.15 Jedynka plus – kom., USA 2025, 95 min

10.50 Fantastyczne zwierzęta i jak je znaleźć – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2016, 130 min

13.00 Na planie 23 (19)

13.30 Witajcie w Marwen – film biograf., USA/Japonia 2018, 115 min

15.25 Wyzwoleńcy – dramat biograficzny, USA 2023, 100 min

17.05 Gerta Schirrich (1, 2) – dramat hist., Czechy/Niemcy 2025, 175 min



20.00 Policja zastępcza kryminalna (2) – Bel.

Nowojorscy stróże prawa, porywcy Terry oraz leniwy Allen, po śmierci kolegów zyskują szansę, by się wykazać. Trafiają na trop afery, w którą zamieszany jest bogacz.

21.45 Bekart – dramat historyczny, Dania/Szwecja/Norwegia 2023, reż. Nikolaj Arcel, 130 min

23.55 Venom – film s.f., Chiny/USA 2018, reż. Ruben Fleischer, wyk. Tom Hardy, Michelle Williams, 110 min

AXN WHITE

8.00 Unforgettable: Zapisane w pamięci (20) – krym.

8.55 Szpital nadziei (13)

9.55 Detektyw Murdoch 9 (14, 15) – serial kryminalny

12.00 Zaklinacze koni (12, 13)

14.05 Zaklinacze koni 2 (1)

15.05 Winnice miłości 4 (166)

16.10 Szpital nadziei 2 (1)

17.10 The Good Doctor (15, 16) – serial obyczajowy

19.05 Dr House (11) – obycz.

20.00 Dowody zbrodni 3 (9, 10)

21.55 Unforgettable: Zapisane w pamięci (21) – krym.

22.55 Agenci NCIS 11 (19-21)

1.25 Dowody zbrodni 3 (9, 10)

3.20 Grand Hotel 2 (9) – krym.

AXN BLACK

11.00 Gwiazdne wrota 8 (15, 16) – s.f., USA/Kan. 2004

13.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 2 (4) – serial sens.

14.00 Renegat 3 (12) – sens.

15.00 Drużyna A 3 (19) – sens.

16.00 Nieustraszoney 3 (16)

17.05 Gwiazdne wrota: Atlantyda 4 (6, 7) – s.f.

19.00 Gwiazdne wrota 8 (17, 18) – s.f., USA/Kanada

21.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (21-23)

23.40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (1) – krym.

0.35 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 2 (4) – serial sens.

1.35 Nieustraszoney 3 (16)

WARNER TV

8.05 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze (6) – serial sens.

9.05 Bajer z Bel-Air (21, 22)

10.10 Za głosem serca (77)

11.10 Na pełna chata 4 (25, 26)

12.10 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze (7, 8) – serial sens.

14.05 Bajer z Bel-Air (21-24)

16.10 Pelna chata 4 (25, 26)

17.10 Pelna chata 5 (1, 2) – kom.

18.15 Rewolwer i melonik – film sens., 1998, 105 min

20.00 Wiecznie młody – dramat obyczajowy, 1992, 120 min

22.00 Interkosmos – komedia s.f., USA 1987, 145 min

0.25 Reich – film sensacyjny, Polska 2001, 115 min

POLSAT SERIALE HD

6.00 Gliniarze (620-622, 851-854) – serial paradok.

13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (5-8) – serial obyczajowy, Polska 2022

15.00 Świat według Kiepskich (550-553) – serial kom., Pol.

17.00 Columbo (4, 1) – serial kryminalny, USA

21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13-15) – serial krym., USA/Kanada

23.50 Ślad (22-24) – serial kryminalny, Pol. 2018-2019

2.50 Święty (192, 193) – serial komedijowy, Polska 2022

4.00 48h. Zaginięcia (261, 262) – serial kryminalny, Polska

CANAL+ FILM HD

6.35 L.A.R.P. Miłość, troleje i inne questy – komedia, Polska 2025, 95 min

8.10 Masz ci los! – komedia, Polska 2023, 90 min

9.40 Super pies i kot lotr – film anim., 2025, 90 min

11.10 Łap-u-capu – pr. rozrywk.

11.15 Nadziejka – dramat sens., Pol./Niemcy 2006, 100 min

12.55 Akuracja

13.25 Robin i obrońcy królestwa – przyg., Wlk. Bryt./Irlandia 2024, 100 min

15.05 Czarna woda

15.30 Kaskader – komedia sensacyjna, 2024, 125 min

17.35 Call me tala

17.55 Zmierzczeni – film fantasy, USA 2008, 120 min

19.55 Łap-u-capu – pr. rozrywk.

20.00 Bad Mama – komedia sensacyjna, 2025, 100 min

21.40 Prawo odwetu – sens., Wlk. Bryt. 2025, 100 min

23.20 3000 metrów nad ziemią – thriller, USA 2024, reż. Mel Gibson, 90 min

0.50 MaxXXine – thriller, 2024, 100 min

2.30 Fiber – film krótkometraż.

2.50 To nie mój film – komediodramat, Polska 2024, 100 min

4.30 Lany poniedziałek – komediodramat, Polska 2024, 85 min

5.55 Łap-u-capu – pr. rozrywk.

CANAL+ SERIALE HD

9.45 Łap-u-capu – program rozrywkowy

9.55 Mozart. Narodziny geniusza (1) – film dokumentalny, Wielka Brytania 2024

11.00 Naruto (1-3) – serial anime, Japonia 2002-2003

12.20 Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League (1, 2) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2023

14.05 Cat's Eyes (1, 2) – serial przygodowy, Francja 2024

16.15 Łap-u-capu – program rozrywkowy

16.25 Dynastia Kimów: Czas zemsty (1, 2) – serial dokum., Francja 2025

18.10 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (1-3) – serial komedijowy, Fr.

20.00 Mayfair Witches (5, 6) – serial fantasy, USA 2023

21.40 Łap-u-capu – program rozrywkowy

22.00 Wartownicy (5, 6) – serial wojenny, Francja 2023

23.50 Powitanie na Hitlera (5) – serial kryminalny, Polska 2019

3.40 Łap-u-capu – program rozrywkowy

CANAL+ 360 HD

6.00 Miasta rytm: Zraborowane dzieła sztuki (4) – film dok., 2021

7.00 Grip – w świecie supersamochodów (2)

8.00 Porzucone konstrukcje (3) – serial dok., Wlk. Bryt.

8.55 Wykrywać historii 5 (3)

10.00 Co poszło nie tak (6)

11.00 Odprawa przedmierzowa – pr. publ.

13.00 Born Racers. Młodzi i szybcy (5) – serial dokum.

14.00 Okręty wojenne (3) – dok.

14.55 Wykrywać historii 5 (4)

15.55 Grip – w świecie supersamochodów (12)

17.00 Supersamoloty bojowe 11 (9) – serial dok.

18.00 Porzucone konstrukcje (2) – serial dok., Wlk. Bryt.

18.55 Okręty wojenne (2) – dok.

19.50 Supersamoloty bojowe 11 (10) – dok.

20.50 Porzucona Ameryka 4 (6)

21.55 Montana: na dzikiej północy (5) – serial dok.

22.55 Small World (2) – sens.

23.50 Polowanie na Hitlera (5)

0.50 Zasada przyjemności (7) – serial kryminalny

2.00 Twardzieli (7) – dok., Pol.

2.40 Lowcy tajemnic Bałtyku (5) – serial dok., Polska 2020

3.45 Pogotowie remontowe Wieśka (7, 8) – mag.

4.55 Survivalowa rodzina (2, 3) – serial dok., Pol. 2019

HBO 2 HD

13.20 Bambi: Opowieść leśna – film familijny, Francja 2024, 75 min

14.35 Żegnaj, Christopher Robin – dramat biograf., Wlk. Bryt. 2017, 100 min

16.15 Człowiek z bieguna – komediodramat, USA 2014, 85 min

17.40 Saga „Zmierzczeni”: Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, 110 min

19.30 Sezon na misia – film animowany, 2006, 85 min

20.55 Birdman – komediodram., USA 2014, 120 min

22.55 Queer – dramat obycz., Włochy/USA 2024, 135 min

HBO 3 HD

11.00 Barry (5, 6) – serial kom.

12.00 Światelko w tunelu – komediodramat, USA 2024, 115 min

13.55 Władca Pięścieni: Dwie wieże – film fantasy, 2002, 175 min

16.50 Przędzą tygodnia: Wieczór z Jhohem Oliverem 13 (10) – talk-show

17.25 W stronę słońca – film s.f., Wielka Brytania/USA 2007, 105 min

19.10 Branza 2 (8) – serial obycz.

20.10 The Knick (5) – obycz.

21.00 Detektyw: Kraina nocy (1-6) – serial kryminalny

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD

- 6.00 Jedziemy na ryby!** (14) – serial dokum.
- 6.55 Na ratunek 112** (852) – serial paradokum.
- 7.25 Doktor Martin** (72) – serial obyczajowy
- 8.30 Przyjaciółki** (239, 240) – obycz., Pol.
- 10.25 Świat według Kiepskich** (84, 85, 209, 210, 102, 103, 83) – serial kom., Polska
- 14.30 Mumia powraca** **FILM** – film przygodowy, USA/Maroko/Wielka Brytania 2001, 150 min
- 17.00 Turysta** – film sens., USA/Fr. 2010, 140 min
- 19.20 Faceli w czerni 2** **FILM** – komedia s.f., USA 2002, reż. Barry Sonnenfeld, 100 min

KRYMINALNY



21.00 Dżentelmeni

FILM – Wielka Brytania/USA 2019, 135 min

Weteran przestępczego podziemia, Pearson, planuje zakończyć działalność. Wystawia na sprzedaż nielegalny biznes. Prócz oferując kupna otrzymuje groźby.

23.15 Desperado **FILM** – film sens., USA/Meksyk 1995, reż. Robert Rodriguez, wyk. Antonio Banderas, 135 min

1.30 Ślad (84-87) – krym.

5.30 Na ratunek 112 (803) – serial paradokum.

- 17.00 Turysta** – film sens., USA/Fr. 2010, 140 min
- 19.20 Faceli w czerni 2** **FILM** – komedia s.f., USA 2002, reż. Barry Sonnenfeld, 100 min

COMEDY CENTRAL HD

- 6.00 Pingwiny z Madagaskaru** (13, 14) – serial anim., USA 2008-2010
- 7.00 Dwóch i pół 9** (16-19) – serial komediowy, USA 2012
- 8.55 Przyjaciele 6** (10-15) – serial komediowy, USA 1999-2000
- 11.55 Teoria wielkiego podrywku 7** (20-24) – serial komediowy, USA 2013-2014
- 14.05 Teoria wielkiego podrywku 8** (1) – serial kom., USA 2014-2015
- 14.30 Dwóch i pół 9** (20-23) – serial komediowy
- 16.30 Przyjaciele 6** (16-21) – serial komediowy, USA 1999-2000

KOMEDIOWY



19.30 Teoria wielkiego podrywku 8 (2-7)

Sheldon dostaje ofertę awansu i zmiany tematu badań. W zamian musi rozpocząć pracę nauczyciela akademickiego. Ma tylko jednego ucznia: Wolowitza.

- 22.00 The Office PL 3** (7, 8)
- 23.05 Comedy Club 4** (11, 12) – pr. rozrywk.
- 0.05 Miasteczko South Park 18** (8, 9)
- 1.00 Przechodźcy 3** (11, 12)
- 2.00 Śmiech nie będzie 2** (11, 12)
- 3.00 Miasteczko South Park 18** (5-7)

POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD

- 13.25 Święty** (1, 2) – kom., Pol.
- 14.25 Spadkobiercy** (7) – rozr.
- 15.25 Co ludzie powiedzą? 5** (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
- 16.05 Jedną nogą w grobie 2** (1) – serial kom., Wlk. Bryt.
- 16.55 Czarna Żmija** (1) – kom.
- 17.35 Bob kocha Abisiole 3** (15-17) – serial komediowy obyczajowy, Wielka Brytania 2021, 100 min
- 19.00 Dwóch i pół 9** (16-19)
- 21.00 Świat według Kiepskich** (12, 1, 2) – serial komediowy
- 22.30 Co ludzie powiedzą? 5** (5) – serial kom., Wlk. Bryt.
- 23.05 Jedną nogą w grobie 2** (2) – serial kom., Wlk. Bryt.
- 23.50 Czarna Żmija** (2) – kom.
- 0.30 Comedy Club 8** (5) – rozr.

EPIC DRAMA HD

- 9.10 Lekarze na start** (49, 50)
- 10.40 Agenci NCIS 17** (3, 4)
- 12.30 Wszystkie stworzenia duże i małe 2** (6) – obycz.
- 13.25 Panna Austen** (3)
- 14.35 Panna Marple: Szaleństwo Greenhawa** – krym., Wlk. Bryt. 2013, 120 min
- 16.35 Agenci NCIS 17** (5, 6)
- 18.20 Panna Scarlet 6** (1)
- 19.30 Lekarze na start** (51, 52)
- 21.00 Kobiety na wojnie** (8)
- 22.05 Sherlock i córka** (8)
- 23.00 Robin Hood** (8) – przyg.
- 0.15 Lekarze na start** (18)
- 1.00 Agenci NCIS 17** (2)
- 1.40 Kobiety na wojnie** (8)

TVN FABUŁA HD

- 5.05 Szkoła** (719) – serial paradokum.
- 6.00 Absolwenci** (2)
- 6.30 Seriale Top 5** (6)
- 6.35 Zakochani po uszy** (3, 4) – telen., Pol. 2019
- 7.35 Kryminalni** (1)
- 8.45 Detektywi** (442, 443)
- 9.50 Przepis na życie 5** (10) – obycz., Pol. 2013
- 10.50 Szpital św. Anny** (48)
- 11.50 Druga szansa** (13)
- 12.50 Druga szansa 2** (1)
- 13.55 Układ szawski** (9) – krym., Pol. 2011
- 14.55 Detektywi** (444, 445)
- 15.55 Filmowe duety** (3)
- 16.40 Och, życie!** **FILM** – komediodramat, USA 2010, 140 min
- 19.00 Szpital św. Anny** (28) – serial obycz., Polska

FANTASY



20.00 Władca Pierścieni: Drużyna Pierścienia

– USA/Nowa Zelandia 2001, 220 min

Hobbit Frodo musi zniszczyć magiczny Pierścień w ogniu płonącym wewnątrz Góry Przenaczenia. W niezwykłej podróży niziołkowi towarzyszy ekipa śmiaków.

- 23.40 Obecność** – horror, USA 2013, reż. James Wan, 140 min
- 2.00 Poznaj naszą rodzinę** – komedia, USA 2010, 125 min
- 4.05 Ukryta prawda** (1290) – paradok., Pol.

SCI FI

- 6.00 Arcadia 2** (8) – serial s.f.
- 7.00 Surrealistate** (8-10)
- 10.00 Medium 6** (6, 7) – krym.
- 11.50 Czarodziejki 6** (2, 3)
- 13.40 Grimm 2** (21, 22) – fantasy
- 15.30 Medium 6** (8, 9) – krym.
- 17.20 Czarodziejki 6** (4, 5)
- 19.10 Grimm 3** (1, 2) – fantasy
- 21.00 Zieleny Szerszeń** **FILM** – komedia sensacyjna, USA 2011, 145 min
- 23.25 Pompeje** – film katastrof., 2014, 125 min
- 1.30 Anakondy: Polowanie na krwawą orchideę** – film sens., 2004, 120 min
- 3.30 Czarodziejki 6** (4, 5)
- 5.10 Arcadia 2** (8) – serial s.f.

NOVELAS+ NOVELAS+ HD

- 10.00 Wszędzie Ty** (62) – telen.
- 11.00 Otcchiał namiętności** (72) – telen., Meksyk 2012
- 12.00 Za wszelką cenę** (42)
- 13.00 List poźnálny** (47)
- 14.00 Klass 95** (44, 45) – telen.
- 16.00 List poźnálny** (48)
- 17.00 Za wszelką cenę** (43)
- 18.00 Otcchiał namiętności** (73) – telen., Meksyk 2012
- 19.00 Dziedziczka** (62) – telen.
- 20.00 Wszędzie Ty** (63) – telen.
- 21.04 Klass 95** (45) – telenowela
- 22.00 List poźnálny** (48)
- 23.00 Za wszelką cenę** (43)
- 0.00 Otcchiał namiętności** (73) – telen., Meksyk 2012
- 1.00 Dziedziczka** (62) – telen.

13 ULICA

- 6.15 Astrid i Raphaëlle 3** (7, 8) – serial kryminalny, Francja/Belgia/Szwajcaria 2022
- 8.25 Kapitan Marleau 6** (1) – serial kryminalny, Francja 2020, wyk. Corinne Masiero
- 10.25 Agenci NCIS: Los Angeles 12** (17, 18) – serial sensacyjny, USA 2021
- 12.15 Motyw 2** (6, 7) – serial kryminalny, Kanada 2014
- 14.05 Astrid i Raphaëlle 4** (1, 2) – serial kryminalny, Francja/Belgia/Szwajcaria 2023
- 16.20 Kapitan Marleau 3** (2) – serial kryminalny, Francja 2019

SENSACYJNY



18.20 Agenci NCIS: Los Angeles 13 (1, 2)

Zespół NCIS ma za zadanie wytropić informatorkę, której życie może być zagrożone. Callen podejrzewa, że Hetty tuszuje pewne wydarzenia ze swojej przeszłości.

- 20.10 Motyw 2** (6, 7)
- 22.00 Wyspa morderców** **FILM** – thriller, USA 2023, 120 min
- 0.00 American Heist. Skok życia** – sens., Kanada/Luksemburg 2014, 120 min
- 2.00 Kapitan Marleau 3** (2) – serial krym., Fr.

FX FX

- 9.10 Z archiwum X** (4) – s.f.
- 10.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (25, 1) – serial krym.
- 11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (21, 22)
- 13.45 Agenci NCIS 8** (15, 16)
- 15.35 FBI** (4) – serial kryminalny
- 16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (2, 3) – serial krym.
- 18.20 Z archiwum X** (5) – s.f.
- 19.15 FBI** (6) – serial kryminalny
- 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (1, 2)
- 22.00 Grey's Anatomy: Chirurgi 9** (1) – obycz.
- 22.55 Pojtrze** – dram. katastrof., **FILM** USA 2004, 150 min
- 1.25 Z archiwum X** (5) – s.f.

FX COMEDY HD

- 10.10 Jim wie lepiej 3** (25, 26)
- 11.00 Sposób użycia** (4, 5)
- 12.00 Wszyscy Kochają Raymonda 7** (14-17)
- 14.00 Diabli nadal 6** (2-5)
- 16.00 Simpsonowie 32** (17-20)
- 18.00 Jak poznałem waszą matkę 6** (10-12) – kom.
- 19.30 Współczesna rodzina 2** (13-15) – serial komediowy
- 21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20** (2, 6)
- 22.00 Ace Ventura: Zew natury** – komedia, USA 1995, 115 min
- 23.55 Genialna Morgane 3** (4)
- 1.00 Współczesna rodzina 2** (13-15) – serial komediowy

KINO POLSKA

- 6.25 Och! Kabaret 2** (4, 5)
- 8.05 Polska z góry. Nad wodą 2** (3) – dok.
- 8.40 Polska Kronika Filmowa** – serial dok.
- 8.50 W pustyni i w puszczy** – film przyg., 2001, 155 min
- 11.25 Skradziona kolekcja** – komedia krym., 1979, 100 min
- 13.05 Jeśli serce masz bijące** – dramat psychologiczny, 1980, 145 min
- 15.30 Stara baśń** – film kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, 135 min
- 17.45 Cztery pancerni i pies** (8) – wojenny
- 18.50 Stawka większa niż życie** (1) – wojenny

KOMEDIA SENSACYJNA



20.00 Trick

FILM – 2010, 120 min

Marek zostaje skazany za fałszerstwa. W więzieniu odwdzięcza go tajni agenci. W zamian za skrócenie kary oszust ma sfałszować pieniądze przeznaczone na okup.

- 22.00 Tajemnica Westerplatte** – film wojenny, Polska/Litwa 2013, 155 min
- 0.35 Ogród Luizy** – dramat obycz., 2007, 140 min
- 2.55 7 uczuć** **FILM** – komediodramat, 2018, 165 min
- 5.40 Moja** – krótkometraż.

KINO TV KINO TV HD

- 8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 2** (12, 13)
- 11.00 Panna Scarlet i komisarz 2** (1, 2) – krym.
- 13.10 Poirot** (1, 2) – serial krym.
- 15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 3** (1, 2) – serial krym., Australia
- 17.50 Panna Scarlet i komisarz 2** (3, 4) – krym.
- 20.00 Uprowadzona** – film sens., Francja 2008, 120 min
- 22.00 John Wick 4** – film sens., USA/Niemcy 2023, 210 min
- 1.30 Doom** – horror s.f., **FILM** 2005, 160 min
- 4.10 Bonanza** – serial obycz.
- 5.15 Zakończenie**

FILMBOX PREMIUM HD

- 12.10 Proza życia** – komedia, **FILM** USA 2017, 115 min
- 14.05 Leonie** – dram. biograf., **FILM** Francja/Wielka Brytania/Australia 2010, 110 min
- 15.55 Wykretasy** – komedia romantyczna, Rosja 2010, 115 min
- 17.50 Magiczny świat Davida Copperfielda** – film familijny, Wielka Brytania/USA 2019, 130 min
- 20.00 Portret kobiety w ogniu** – melodramat, Francja 2019, 130 min
- 22.10 Tajemnica Trójcy** **FILM** – western, 2024, 105 min
- 23.55 Dynastia Tudorów** (9, 10)

STOPKLATKA STOPKLATKA DVS 12

- 6.00 Kabaretowe hity** (4)
- 6.50 Złoty interes** (3)
- 7.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
- 9.00 Robert Makłowicz** (122, 121) – mag. kulin.
- 10.55 Wojny magazynowe: Kanada 2** (22, 23)
- 12.00 Wojny kontenerowe** (1, 2)
- 13.00 Katastrofy w przestworzach** (7, 8) – serial dok., Kan.
- 16.00 MacGyver 2** (7, 8) – sens., USA/Kan. 1986
- 18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2** (3)
- 19.10 Wojny kontenerowe** (9, 10) – serial dokumentalny

DRAMAT SENSACYJNY



20.00 Lot Feniksa – USA

FILM 2004, 145 min

Pilot Towns zabiera z pustyni Gobi pracowników likwidowanej rafinerii. Dochodzi do katastrofy. Ocalali muszą z części wraku samolotu zbudować nową maszynę.

- 22.25 Ślepa furia** – sens., USA 1989, 95 min
- 0.00 Sin City – Miasto grzechu** – thriller, USA 2005, 170 min
- 2.50 Gangsterzy i filantropi** – sens., Polska 1963, 100 min
- 4.30 Biblijne tajemnice** (3) – serial dok., Kan.

ROMANCE TV ROMANCE TV HD

- 14.15 Inga Lindström: Emma Svensson i miłość** – film obyczajowy, Niemcy 2007, reż. Karola Meeder, 110 min
- 16.05 Wiesenne dzieci** **FILM** – melodramat, Niemcy 2013, 115 min
- 18.00 Zwierzynek doktor Mertens** (89) – obycz.
- 19.00 Górski lekarz** (93) – obycz.
- 20.00 Rejs ku szczęściu.** **FILM** – dram. przyg., USA 2023, 110 min
- 21.55 Podróż poślubna na Jersey** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2012, 115 min
- 21.55 Podręcznik szczęścia** – kom., USA 2023, 110 min
- 23.45 Górski lekarz** (93)

PARAMOUNT NETWORK

- 10.25 Listy do Julii** – komedia romant., USA 2010, 130 min
- 12.35 Baywatch.** **FILM** **patrol** – kom., Wlk. Bryt./Chiny/USA 2017, 150 min
- 15.05 Chłopczyk świat** – dram. obyczajowy, 1993, 160 min
- 17.45 Szybki jak błyskawica** **FILM** – dram. sensacyjny, USA 1990, 135 min
- 20.00 Zjawy** – dram. biograf., **FILM** USA/Hongkong/Tajwan 2015, 195 min
- 23.15 Miasteczko South Park** **FILM** – film animowany dla dorosłych, 1999, 100 min
- 0.55 Świat w ogniu** – film sensacyjny, 2019, 155 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT TVP SPORT DVST2	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
<p>6.30 Snooker: Mistrzostwa świata w Sheffield – mecz finałowy</p> <p>8.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – bouldering mężczyzn</p> <p>9.30 FIA World Endurance Championship: Wyścig 6-godzinny w Imoli</p> <p>11.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 5. etap: León – Astorga</p> <p>12.00 Cycling Show – mag.</p> <p>12.30 Kolarstwo: Giro d'Italia – 1. etap: Nesebyr – Burgos</p> <p>16.30 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina: Gijón – Les Praeres</p>	<p>6.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off</p> <p>9.00 Kosa na Kosę – magazyn sportowy, Polska 2026</p> <p>10.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off</p> <p>12.25 Hokej: Mistrzostwa świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026 – mecz: Kazachstan – Francja</p> <p>15.55 Hokej: Mistrzostwa świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026: Ukraina – Japonia</p> <p>19.00 Hokej: Mistrzostwa świata Dywizji 1A – Sosnowiec 2026 – studio</p>	<p>6.00 Wysoki Pressing Premier League: The Big Interview (39) – mag. piłkarski</p> <p>8.20 Speedway+ – mag.</p> <p>9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – Elche CF</p> <p>11.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Zagłębie Lubin – Cracovia</p> <p>13.30 Timbersport: MŚ – Mediolan 2025 – zawody indywidualne</p> <p>15.45 Premier League Stories (39) – mag.</p> <p>16.20 Premier League: The Big Interview (39) – mag. piłkarski</p> <p>16.55 Speedway+ – mag.</p> <p>17.30 Żużel: PGE Ekstraliga: KS Toruń – Falubaz</p>	<p>5.35 Sportowy wieczór – program inform.</p> <p>6.00 Retro TVP Sport (171) – mag. sportowy</p> <p>8.05 Lekkoatletyka: Mistrzostwa świata sztafet – Gaborone 2026 – podsumowanie</p> <p>10.05 Kamera TVP Sport</p> <p>10.30 Żużel: Drużynowe ME – Gdańsk 2025 – finał</p> <p>12.30 Piłka nożna: LM UEFA – skróty</p> <p>13.50 Ring TVP Sport – magazyn bokserki</p> <p>14.50 Koszykówka mężczyzn: NBA – mecz fazy play-off</p> <p>16.55 Koszykówka mężczyzn: Final Four Ligi Mistrzów – półfinał: Rytas – La Laguna</p>	<p>6.00 Xabi Alonso – Architekt – dok.</p> <p>7.20 Birds of paradise – film dokumentalny</p> <p>8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk</p> <p>10.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Espanyol – Real Madryt</p> <p>12.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Como 1907 – SSC Napoli</p> <p>14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Heidenheim</p> <p>16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – Parma Calcio 1913</p> <p>18.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska</p> <p>20.00 Magazyn sportowy</p>	<p>6.00 Fani czterech kólek</p> <p>7.00 Na krańcu Alaski</p> <p>8.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 4 – serial dok.</p> <p>9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów</p> <p>10.00 Klan z Alaski – dok.</p> <p>11.00 Złoto drwali (7)</p> <p>12.00 Fani czterech kólek 15 – serial dok.</p> <p>13.00 Nagi instytnk przetrwania 9 – dok.</p> <p>14.00 Nagi instytnk przetrwania 10</p> <p>15.00 Złomowisko PL 2 (4)</p> <p>16.00 Czarnobyl: dni, które wstrząsnęły światem (2) – dok.</p> <p>17.00 Nic do zgłoszenia (4) – serial dok., Pol. 2019</p> <p>18.00 Truckerki (5) – dok.</p>
<p>20</p> <p>KOLARSTWO</p> 	<p>HOKEJ</p> 	<p>ZUŻEL</p> 	<p>PIŁKA NOŻNA KOBIEC</p> 	<p>PIŁKA NOŻNA</p> 	<p>DOKUMENTALNY</p> 
<p>18.15 Giro d'Italia – 1. etap Tegoroczna, 109. edycja wyścigu rozpocznie się w Bulgarii. Na starcie w Nesebyr zobaczymy m.in. Richarda Carapazę, triumfatora Giro sprzed siedmiu lat.</p> <p>20.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – bouldering kobiet</p> <p>21.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Keqiao – bouldering mężczyzn</p> <p>22.00 Kolarstwo: Giro d'Italia – 1. etap</p> <p>23.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina: Gijón – Les Praeres</p>	<p>19.25 MŚ Dywizji 1A LIVE – Sosnowiec 2026 – mecz: Polska – Litwa</p> <p>Podczas przygotowań do światowego czempionatu Polacy dwa razy spotkali się towarzysko z Litwą i dwa razy wygrali. Pierwsze spotkanie zakończyło się wynikiem 3:1, drugie 3:0.</p> <p>22.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz fazy play-off</p> <p>1.00 Hokej: MŚ Dywizji 1A – Sosnowiec 2026 – mecz: Polska – Litwa</p> <p>4.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – 2. runda</p>	<p>20.00 PGE Ekstraliga: LIVE GKM Grudziądz – FOGO Unia Leszno</p> <p>W poprzednim swoim wyjazdowym spotkaniu Janusz Kolodziej i spółka przegrali z mistrzami z Torunia 44:46.</p> <p>22.45 Premier League Preview – magazyn piłkarski</p> <p>23.30 Sporty walki: ONE Friday Fights 153</p> <p>2.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Arka Gdynia</p> <p>5.00 Ligomistrzowe historie (5) – magazyn piłkarski</p>	<p>18.55 ME U-17 – Wypsy LIVE Owczę – mecz: Finlandia – Polska</p> <p>W swoim drugim meczu Bialo-Czerwone zmierzają się z powracającymi na Euro po czterech latach Finkami.</p> <p>20.55 Piłka nożna: Betcliv LIVE 1. Liga: Wisła Kraków – Chrobry Głogów</p> <p>23.00 Sportowy wieczór</p> <p>23.35 Piłka nożna: LM UEFA – skróty</p> <p>1.05 Hokej: NHL – mecz fazy play-off</p> <p>4.05 Boks: Gala w San Diego – podsumowanie</p>	<p>20.40 Liga LIVE Włoska</p> <p>Wielkimi krokami zbliża się finał sezonu Serie A. W 33. kolejce rozgrywek Cagliari spróbuje postawić kropkę nad i w walce o utrzymanie, ogrywając Udinese Calcio.</p> <p>22.40 Magazyn sportowy</p> <p>23.20 Magazyn sportowy</p> <p>0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka</p> <p>2.00 Piłka nożna: Liga włoska</p> <p>4.00 Najlepszy obrońcy Bundesligi lat 90.</p> <p>4.45 Magazyn piłkarski</p>	<p>19.00 Złomowisko PL 6 (2, 3) – Polska 2018</p> <p>Krzykacz i Edek są w Zakopanem, jednak nie mogą pozwolić sobie na zakup nowego samochodu. Muszą za to zdobyć pieniądze na paliwo. Czas poszukać cennego złomu.</p> <p>21.00 Specjalistki (6) – dok.</p> <p>22.00 Bimbrownicy 14</p> <p>23.00 Nagi instytnk przetrwania 12</p> <p>1.00 Zoom na architekturę 6 (10) – serial dokum.</p> <p>2.00 Militaria na warsztat (13)</p> <p>3.00 Królowie asfaltu (9)</p>
<p>EUROSPORT 2 HD</p> <p>10.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 5. etap</p> <p>11.00 Snooker: MŚ w Sheffield – finał</p> <p>13.00 Lekkoatletyka: Maraton w Londynie</p> <p>15.00 FIA WEC: Wyścig 6-godzinny w Imoli</p> <p>17.00 Formula E: ePrix Niemiec – podsumowanie</p> <p>18.00 Snooker: MŚ w Sheffield – finał</p> <p>20.00 Golf: Trusti Championship LIVE – 2. runda</p> <p>0.00 Kolarstwo kobiet: La Vuelta Femenina – 6. etap</p> <p>1.00 FIA WEC: Wyścig 6-godzinny w Imoli</p>	<p>POLSAT SPORT 2 HD</p> <p>8.30 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 1.</p> <p>11.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 2. rundy</p> <p>13.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 2. rundy</p> <p>15.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 2. rundy</p> <p>17.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 2. rundy</p> <p>19.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 2. rundy</p> <p>21.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie – mecz 2. rundy</p> <p>23.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga</p> <p>1.00 Sporty walki: FEN</p>	<p>CANAL+ SPORT 2 HD</p> <p>10.30 8 wspaniałych (4) – dok.</p> <p>11.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 2. rundy</p> <p>13.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 2. rundy</p> <p>15.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 2. rundy</p> <p>17.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 2. rundy</p> <p>19.00 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 2. rundy</p> <p>21.15 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 2. rundy</p> <p>23.30 Tenis: Turniej WTA w Rzymie – mecz 2. rundy</p> <p>1.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Legia Warszawa</p>	<p>EXTREME CHANNEL HD</p> <p>11.00 X Games – Aspen 2021</p> <p>12.00 Drift Style (1, 2) – mag.</p> <p>13.00 Nomads Seeking Adventure (7, 8)</p> <p>14.00 WWE Classic Gold</p> <p>16.00 WWE Highlights (13)</p> <p>17.00 KPW Komat TV (10)</p> <p>18.00 WWE Classic Gold (40)</p> <p>18.40 New Japan Wrestling – Highlights (23)</p> <p>19.00 KPW Komat TV (23)</p> <p>20.00 AEW Dynamite (2617)</p> <p>22.00 PTW Wrestling (9)</p> <p>0.15 WWE Highlights (16)</p> <p>0.40 New Japan Wrestling – Highlights (11)</p> <p>1.00 Nomads Seeking Adventure (7, 8)</p>	<p>ELEVEN SPORTS 2 HD</p> <p>10.00 Formula 1</p> <p>12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – BVB</p> <p>14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Milan</p> <p>16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayer – Lipsk</p> <p>18.00 Magazyn sportowy</p> <p>18.30 Magazyn sportowy</p> <p>19.00 Piłka nożna: Liga włoska</p> <p>21.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska</p> <p>23.00 Magazyn sportowy</p> <p>23.30 Magazyn sportowy</p> <p>0.00 Piłka nożna: Liga francuska</p> <p>2.00 Magazyn sportowy</p>	<p>life DISCOVERY LIFE HD</p> <p>8.15 Szpital (473, 474)</p> <p>10.15 Nowa Mają w ogrodzie 5 (25, 26)</p> <p>11.15 Idealna niania 7 (10, 11)</p> <p>12.45 Klinika bez tajemnic</p> <p>14.45 Szpital (472, 473)</p> <p>16.45 Idealna niania 7 (9-11)</p> <p>19.00 Idealna niania 8 (3)</p> <p>19.45 Zrób coś z tym dzieckiem (4) – mag.</p> <p>20.15 Dr Pryszczyla 3 (4) – dok.</p> <p>21.15 Sześć razy cokoła (15)</p> <p>23.15 Chirurgia otolaryngologiczna (5)</p> <p>0.15 Nie do uwierzania! 5 (5)</p> <p>1.15 Sekrety lekarzy (2)</p> <p>2.15 Wyjadacze (9) – pr. rozr.</p> <p>3.15 Szpital (409, 410)</p> <p>5.15 Klinika urody (8) – mag.</p>
<p>POLSAT SPORT FIGHT HD</p> <p>13.50 Atleci – magazyn sportowy</p> <p>14.15 Sporty walki: FEN 57 w Piotrkowie Trybunalskim – walka: Damian Rzepecki – Marcin Jabłoński</p> <p>16.40 K.O. TV Weekly (19)</p> <p>17.10 Boks: Babilon Boxing Show & K1 w Nowym Sączu: R. Dudek – K. Kalinowski 2</p> <p>19.05 Z archiwum ESPN – mag.</p> <p>19.50 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Josh Emmett – Kevin Vallejos</p> <p>21.25 K.O. TV Classics (52)</p> <p>22.15 Sporty walki: Gala Babilon MMA 55 w Radomiu – walka: Marcin Łazarz – Szymon Kolecki 2</p>	<p>POLSAT SPORT 3 HD</p> <p>6.00 Piłka ręczna mężczyzn: ORLEN Superliga</p> <p>8.30 Piłka nożna z archiwum</p> <p>11.00 Koszykówka mężczyzn: ORLEN Basket Liga</p> <p>13.30 Piłka nożna z archiwum</p> <p>16.00 Piłka nożna z archiwum</p> <p>18.00 Piłka nożna z archiwum</p> <p>20.30 Piłka nożna z archiwum</p> <p>22.45 Sześć Superligi – magazyn sportowy</p> <p>23.00 Handball Arena – magazyn piłki ręcznej</p> <p>0.00 Tenis: Turniej ATP w Rzymie</p> <p>2.00 Sporty walki: Babilon MMA</p>	<p>CANAL+ SPORT 5 HD</p> <p>9.00 Żużel: PGE Ekstraliga: KS Toruń – GKM Grudziądz</p> <p>11.45 Premier League: The Big Interview (39) – mag.</p> <p>12.20 Speedway+ – mag.</p> <p>13.00 Dart: Elten Safety Shoes Austrian Darts Open w Grazu</p> <p>17.30 Żużel: PGE Ekstraliga LIVE – mecz: KS Toruń – Falubaz</p> <p>20.00 Dart: Elten Safety Shoes Austrian Darts Open w Grazu</p> <p>23.00 Sporty walki: Sporty walki: ONE Friday Fights 153</p> <p>2.15 Premier League Preview – magazyn piłkarski</p>	<p>ELEVEN SPORTS 4 HD</p> <p>8.00 Piłka nożna: Liga francuska: Nantes – Olympique Marsylia</p> <p>10.00 Piłka nożna: Liga portugalska: FC Porto – FC Alverca</p> <p>12.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Real Betis – Real Oviedo</p> <p>14.00 Magazyn sportowy</p> <p>16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC</p> <p>18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka</p> <p>20.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska</p> <p>22.00 Magazyn sportowy</p>	<p>ELEVEN SPORTS 3 HD</p> <p>8.00 Piłka nożna: Liga portugalska: Sporting – Vitoria</p> <p>10.00 Diego Rodriguez – dok.</p> <p>10.30 LaLiga Best 11 – mag.</p> <p>11.00 Legendy LaLiga – mag.</p> <p>11.30 Miguel Soler – film dok.</p> <p>12.00 Piłka nożna: Liga włoska</p> <p>14.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska</p> <p>16.00 Magazyn sportowy</p> <p>18.00 Piłka nożna: Liga włoska</p> <p>20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka</p> <p>22.00 Piłka nożna: Liga francuska</p> <p>0.00 Magazyn sportowy</p> <p>1.00 Magazyn sportowy</p>	<p>CANAL+ DOKUMENTALNY HD</p> <p>6.00 O co biega? (14) – mag.</p> <p>6.40 Miasta rytm (1, 2) – dok.</p> <p>10.30 Polska z góry 4 (3-5) – serial dokumentalny, Pol.</p> <p>12.00 Świat zwierząt (1-5) – serial dok., Wielk. Bryt. 2024</p> <p>17.35 Koralowa oaza archipelagu Tuamoto – film dok., Niem./Francja</p> <p>18.35 Książki, których nie spalił Hitler – dok., Niem.</p> <p>19.35 Mozart. Narodzinieniusza (1-3) – film dok., Wielka Brytania 2024</p> <p>23.05 Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia (1-3) – dok.</p> <p>1.35 O co biega? (14) – mag.</p> <p>2.10 Miasta rytm (1, 2) – dok.</p>

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	TVP HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11 – dok.	6.00 Proces na gorąco 2 – reality show	11.00 Mega Metro (2)	8.50 Wehikuł czasu (508)	6.05 Zakočaj się w Polsce (16, 26, 27)	13.05 Starożytni kosmici 16 (18) – dok.
8.00 Jak działa wszechświat? – dok.	8.00 Połączeni zbrodnią – serial dokumentalny	12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Uzbrojenie i taktyka (2) – dok.	9.00 Starożytni kosmici (5) – serial dok., USA	7.45 Flesz historii (760)	14.00 Łowcy tajemnic (5): Kleopatra – serial dok.
11.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – rozr.	10.00 Zbrodnia w sąsiedztwie – serial dokumentalny	13.00 Państwa Osi: Droga ku porażce (2) – dok.	10.00 Gwiaźdzy lombardu (10-13) – reality show	8.20 Polskie drogi (8)	14.50 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (13) – serial dok., USA
12.00 Pomoc drogowa na Alasce – film dok.	12.00 Taśmy zbrodni – serial dokumentalny	14.00 Złapać przemytnika (1) – serial dok., USA	12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy – serial dok.	10.00 Saga pradziej puszcy – przyrod.	15.45 Gwiaźdzy lombardu 12 (9)
13.00 Zoom na architekturę – serial dokumentalny	14.00 Lata 80. Dekada zbrodni – serial dokumentalny, USA	15.00 Strzegąc granic (9, 10) – serial dokum.	13.00 Poszukiwacze historii (2, 3) – dok.	11.05 Historia kuchni polskiej – mag. kulin.	16.15 Jak to wyjaśnić? 5 (9) – serial dok., USA
15.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok.	16.00 Dla ciebie bym zabił 2 – serial dokumentalny	16.00 David Attenborough: Świat oceanów dokumentalny	14.00 Polowanie na Hitlera (3, 4) – dok.	11.55 Rezyderencje królewskie (3)	17.10 Starożytni kosmici 15 (10) – dok.
18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11 – dok.	18.00 Zaginieni – serial dokumentalny, USA	18.00 Historia Związku Radzieckiego (2) – dok., Wlk. Bryt. 2022	16.00 Dorwać tuńczyka (12, 13) – serial dok.	12.55 Dunhuang, starożytna warownia na granicy	18.10 Największe tajemnice świata 6 (4) – serial dokum.
18.30 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (1-5) – serial dok., Wlk. Bryt.	20.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Zaginięcie w nocy – serial dokumentalny, 2022	19.00 Zapomniani bohaterowie II wojny światowej (1)	20.00 Starożytni kosmici (6) – serial dok., USA	14.00 Królowie (10) – hist.	19.05 Starożytni kosmici 17 (8) – dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DRAMAT WOJENNY	DOKUMENTALNY
					
21.00 Tajemnice starożytnych mumii – USA 2019	21.00 Zaginieni z Chicago – nierozwiązane sprawy	21.00 CIA: Tajemnice i szpiegzy (3, 8)	22.00 Mussolini, pierwszy faszysta (1, 2) – Francja 2022	20.35 Orzeł. Ostatni patrol – POLSKA 2022, 115 min	22.00 Seksualne obsesje dyktatorów (5)
Fachowcy badają mumie, która może znacząco wpłynąć na wiedzę o zabójstwie Abrahama Lincoln. Ramy Romany weryfikują historię o ucieczce Johna Wilkesa Bootha.	Siedemnaścioletnia Kiana Galvin wychodzi z domu i znika bez śladu. Mijają lata, a jej bliscy wciąż żyją w niepewności. Nie wiedzą, co naprawdę się wydarzyło.	Historia kobiety, która zainspirowała scenarzystów do stworzenia postaci Carrie Mathison z serialu „Homeland”. Została ona porwana przez uzbrojonych napastników.	Film przedstawia historię włoskiego faszysty. Okazuje się, że zanim Hitler wprowadza ustawy rasowe w Niemczech, Mussolini tworzy system oparty na dyskryminacji.	Maj 1940 roku. Załoga polskiego torpedowca okrętu podwodnego rusza na misję na Morzu Północnym. Między członkami ekipy kpt. Grudziński narastają konflikty.	Podczas kadencji Saddama Husajna w Iraku panowały rządy strachu i wyzysku. W życiu prywatnym także cechował się okrucieństwem, o czym świadczą raporty opisujące liczne wymuszenia i napaszc.
22.00 Podziemne sekrety (8) – serial dok., USA	22.00 Zdążyć przed mordercą – dok.	23.00 Czarnobyl: Świadkowie tragedii (1) – dok.	0.00 Putin – władza za wszelką cenę – film dokumentalny, Niemcy 2022	23.30 Pomiedzy – 1944-1945 – film dokumentalny, 2025	23.00 Jak to wyjaśnić: tajemnice UFO (6) – serial dokumentalny
23.00 Kosmiczna mapa skarbów (3) – dok.	23.00 Spowiedź mordercy: akta strażnika z Teksasu – serial dokum.	0.00 II wojna światowa: Historia przed trybunałem (1) – dok.	1.00 Rolnicy. Podlasie (46-49) – serial dokumentalny, Polska	23.30 Dla nas wojna nie skończyła się w 1945 – film dokum., Polska 2025	23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (6) – serial dok., USA
1.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok.	0.00 Luigi Mangione: Portret zbrojcy – film dokum., USA	1.00 CIA: Tajemnice i szpiegzy (3) – dok.	5.00 Kołowrotek (8, 9) – magazyn wędkarski	0.30 Sensacje XX wieku	0.50 Starożytni kosmici 14 (17) – dok.
4.00 Zoom na architekturę – serial dokumentalny		2.00 Alaska: Następne pokolenie (12) – dok.		2.15 Encyklopedia II wojny światowej (5)	1.50 Starożytni kosmici 15 (10) – dok.
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
8.00 Na ratunek starociom	13.40 Bucket – historia pewnego lwiatka – dok.	12.00 Królestwo drapieżników (4) – dok.	11.55 W poszukiwaniu irisów: Pogoń za cieniem (2) – serial dokum.	13.20 Wędrowniki z dinozaurami (5) – dok.	13.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
9.00 Perełki na warsztatach	14.45 Cap Corse – zagadkowe kręgi na dnie – film dok.	13.00 Madagaskar – najdziwniejsze gatunki (2) – serial dok.	13.00 Rekin kontra orki – dok.	14.25 W okowach mrozu: Odwilż (3) – serial dok.	14.00 Resocjalizacja z pitbullem – serial dok.
11.00 Maraton przetrwania	15.50 Niezwykłe podróże koleją (5) – serial dok., Fr.	14.00 Skarby oceanu (2) – dok.	13.55 Rekin! (1) – dok., Wlk. Bryt.	15.25 Życie na pustkowiu 11	15.00 Kot z piekła rodem 8
13.00 Skarby z szopy (26, 27)	16.55 Dokąd dzisiaj? 4	15.00 Śmierć przychodzi po zmroku (2) – serial dok.	14.55 Planeta rekinów (1)	16.25 Wyspy. Laboratoria natury (5) – dok., Wlk. Bryt.	17.00 Pokochoj koty (8)
14.00 Łowcy staroci – dok.	18.15 Świat z góry 11 (6) – dok.	16.00 Olsnięwająca Ameryka: Tajemnica Kaskadia (3)	16.00 Z Davidem Attenborough dookoła świata (1-4) – cykl dokum.	17.30 Skarby przeszłości i ich tajemnice 2 (1) – dok.	18.00 Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok.
16.00 Skarby z szopy (30) – dok.	18.50 Jak wyprodukować szczęście – film dok., Fr.	17.00 Dorastanie w świecie zwierząt – serial dok., USA	20.30 David Attenborough i smok morski – film dok.	18.30 Planeta Ziemia 3 (8)	19.00 Mieszkanie na pniu
17.00 Militaria na warsztatach	19.50 T-Rex. Historia ewolucji	18.00 Dzikie miejsca Europy	21.35 David Attenborough i cmentarzysko mamutów – film przyrod.	19.45 Londony Davida Attenborough – film dok.	20.00 Taniec z rekinami – dok.
18.00 Przeżłacie złoto – dok.	20.50 Niezwykłe podróże koleją 12 (6) – serial dok.	19.00 Walki zwierząt (2) – dok.	22.55 David Attenborough: Te wspaniałe jajka – dok.	20.00 Klan z Alaski – serial dok.	21.00 Projekt akwarium – dok.
20.00 Kosmici na Alasce (6, 7)	22.00 Pomyśl, zanim zjesz! (2)	20.00 Niszczycielskie żywioły	0.05 David Attenborough: pieśni życia – film dokum.	20.55 David Attenborough: początek wielkiej przygody – dok., Wlk. Bryt.	22.00 Resocjalizacja z pitbullem – serial dok.
22.00 Nawiedzony dom w Michigan – film dokum.	23.10 First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj	21.00 Niezwykły dr Pol		22.00 David Attenborough: życie w kolorze (1, 2)	0.00 Alaska: Ostatni przystanek – serial dok.
0.00 Zoom na architekturę: Siedem cudów świata	0.20 Niezwykłe podróże koleją (1) – serial dok., Fr.	2.00 Chiny: ukryte królestwa (5)		0.30 Brutalna planeta (4)	1.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
2.00 Pierwsze damy PRL					
3.00 Pasja – sposób na życie					
4.00 Mikroprzegródka (9) – dok.					
5.00 Łowcy staroci: Renowacje (9) – dok.					
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
16.00 Dobre wieści z planety Ziemia (3) – cykl dokum.	8.00 48h. Zaginięci (196, 197)	13.00 Złoto Jukonu (5) – dok.	13.30 Naziści: Korzenie zła (5)	14.10 Prawda leży pod ziemią 2 (5) – serial dok.	8.05 Walka o bagaż (5-8)
17.00 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (5) – serial dok.	10.00 Polacy za granicą (9, 10)	14.00 Australijski poszukiwacze złota 9	14.35 Tajemnice Adriatyku (1)	15.05 Zbrodnia po angielsku	10.15 Nieoczywiste miejsca (3-6) – serial dok., Pol. 2020
18.00 Krina Willis – bohater bina akcji – film dok., Fr.	12.00 Wojny kontenerowe	16.00 Katastrofy w przestworzach 3 (6)	15.40 Historia Troi (1) – dok.	16.00 Szukujące mordsterwa: Atlanta (2) – serial dok.	12.10 Szukające potrawy (6)
19.05 Kto rządzi światem? (2)	13.00 Poszukiwacze historii	17.05 Niezwykłe linie kolejowe (5) – serial dok.	16.50 Zakazana historia 7 (5)	17.00 Morderca z internetu	13.20 Wyprawa w nieznanne: Tropem Yeti (1) – dok.
20.10 Laos – echa spokojności	14.00 Broń, która wygrała II wojnę światową – dok.	18.10 Złoto Jukonu 2 – dok.	17.45 Ładowanie w Normandii: 80. rocznica – dok., Wlk. Bryt.	18.00 Prawda leży pod ziemią 2 (9) – serial dok.	14.20 Człowiek kontra jedzenie (17) – mag. kulin.
21.05 Taniec z rosyjskim niedźwiedziem (6) – dok.	14.55 Fabryki wojny (1-3) – dok.	19.05 Australijski poszukiwacze złota 10	18.50 Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej	19.00 Łowca morderców (5)	14.55 Niezwykłe Stany Prokopa (4-7) – pr. rozr.
22.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn	17.50 Podglądacze przyrody	22.00 Nago, samotnie i do domu daleko (3)	19.55 Naziści: Korzenie zła (5)	20.00 Tajemnica mojej śmierci	17.00 Tajemnice wraków Bałtyku (7, 8) – dok., Pol.
22.15 Wanda. Ostatnia z oddziału – film dokum.	19.55 Świat z góry. Parki narodowe (6) – serial dok.	23.00 Internetowy seksbiznes	20.00 Historia sprawiedliwości (10)	21.00 Dowody zbrodni 4 (9)	19.00 Survival we dwoje (4, 5)
23.20 Tajemnice miejsc zbrodni (5) – serial dok., Fr.	20.55 Bajeczne żaby – film dok.	0.00 Australijski poszukiwacze złota 7 (2)	22.00 W poszukiwaniu zaginionych wikingów	23.00 Nastoletnie polskie zabójczynie (5, 4) – dok.	21.05 Nagi instynkt przetrwania: Elita (6, 7)
0.20 Notacje – cykl dokum., Pol.	0.15 Łowcy nazistów (8)	1.00 Nago, samotnie i do domu daleko (5)	23.20 Królowie-zabójcy (3)	23.55 Szukujące mordsterwa: Kalifornia 3 (5) – dok.	23.10 Kobieta na krańcu świata (1-3) – serial dok.
	1.20 Przestępce podziemie	1.50 Z samolotu do sieci (5)	0.20 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (5)	0.50 Gypsy Rose Blanchard: życie od nowa 2 (10)	0.55 Szukujące potrawy (6)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TV HD	TVP STYLE HD
12.00 Serwis Info – pr. inf.	6.10 Zakochaj się w Polsce (190) – mag.	6.00 Oszukane (18, 19) – serial paradokum.	6.00 Strażnik Teksasu (23, 24) – serial sens.	6.00 Strażnik Teksasu (23, 24) – serial sens.	8.20 Kartoteka 8 (19, 20) – serial sens.	5.20 Czas na zmianę (5) – reality show
12.10 M jak miłość (1920)	6.40 Gra słów.	8.00 Komisarz Mama (12) – serial krym., Polska	7.55 Bogaty dom – biedny dom (107) – reality show	7.55 Bogaty dom – biedny dom (107) – reality show	10.30 Zakup w ciemno 2 (41) – reality show	5.50 Damy i wieśniaczki. Litwa (1, 2) – pr. rozr.
12.55 Parada oszustów (1)	7.10 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.	9.00 Drukie życie – serial sens.	8.55 Policjantki i Policjanci (422, 423) – serial obycz., Polska	8.55 Policjantki i Policjanci (422, 423) – serial obycz., Polska	12.30 Zakup w ciemno 7 (39) – reality show	7.40 Zgłoś remont (9) – program rozrywkowy
13.50 Polonia 24 Tygodnik	8.15 Familiada – telet.	9.30 Hell's Kitchen – reality show	10.55 Na ratunek 112 (1161, 460) – serial paradokum., Polska	10.55 Na ratunek 112 (1161, 460) – serial paradokum., Polska	14.30 Kartoteka 3 (13)	8.40 Pojedynk na podróże (5) – rozr.
15.00 Serwis Info – pr. inf.	8.50 Va banque (1037)	12.30 Bogaty dom – biedny dom (133, 134) – reality show, Polska	11.55 Dlaczego ja? (1569, 1570) – paradok.	11.55 Dlaczego ja? (1569, 1570) – paradok.	15.35 Kartoteka 4 (1)	9.40 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (5) – reality show
15.10 Wszystko przed nami (85) – obycz.	9.25 Koło fortuny (1982)	14.30 Kolacja w ciemno (43, 45) – pr. rozrywk.	13.55 Trudne sprawy (1079-1081) – paradok.	13.55 Trudne sprawy (1079-1081) – paradok.	16.58 Express – pr. inform.	10.25 Bez kompleksów (8)
15.40 Turystyczna jazda	9.55 Program rozrywkowy Makłowicz w podróży – mag.	16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (5) – reality show	16.55 Łowcy skarbów. Kto da się wygrać? (522) – reality show	16.55 Łowcy skarbów. Kto da się wygrać? (522) – reality show	16.58 Pogoda, sport	11.25 Ugotowani (3, 4)
16.00 Lubię wracać tam, gdzie byłem	10.05 Postaw na milion	18.00 Nasz nowy dom (286, 287) – reality show, Polska	18.00 Policjantki i Policjanci (1419, 1420) – serial obyczajowy, Pol. 2026	18.00 Policjantki i Policjanci (1419, 1420) – serial obyczajowy, Pol. 2026	17.05 Życie na kredycie 8 (19, 20) – reality show	13.30 Kuchenne rewolucje (11, 10)
17.00 Telexpress	10.45 Familiada – telet.				18.05 Zakup w ciemno extra (1)	15.35 Babski biznes (5) – program rozrywkowy
17.20 Gra słów. Krzyżówka (1134)	12.35 Familiada – telet.				18.45 Damy i wieśniaczki. PL 11 (9) – fab. dok.	16.40 Jestem z Polski 16 (32) – serial dokum.
17.50 Telexpress Extra	13.15 Noco i dzień (7)				19.45 Express – pr. inform.	17.45 Kuchenne rewolucje (13-15) – program rozrywkowy
18.15 Górna półka smaku (1) – magazyn kulin.	14.15 Na mecie (18, 19)				20.05 Idź na całość 2 (23)	
18.45 Panorama	15.15 Program rozrywkowy				21.05 Zakup w ciemno extra (32)	
19.20 Polacy świata	15.30 Karetomaniacy (18, 20) – pr. rozrywk.				21.45 Express – pr. inform.	
19.30 Program informacyjny 19.30	17.25 Va banque (1038)					
19.55 Pytanie dnia – publ.						
20.10 Sport, pogoda						

OBYCZAJOWY



20.25 Na dobre i na złe (987) – Polska 2026

Falkowicz przeprowadza ryzykowną operację u nauczycielki z tętniakiem aorty brzusznej. Bart decyduje się operować Ige, ona jednak opuszcza szpital.

21.15 Na sygnale (635, 636)

22.15 Mazurska Noc Kabaretowa: Rejs miłości (1) – pr. rozr.

23.15 Panorama

23.45 Matki, żony i kochanki (9)

0.40 Rodzinka.pl (251)

1.10 Polskie opowieści (3) – telenowela dok.

TELETURNIJE



18.00 Koło fortuny (1983) Zawodnicy kręcą kołem i typują litery w hasło. Ten, kto odgadnie je jako pierwszy, zatrzymuje wygraną.

18.40 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.

19.45 Makłowicz w podróży – mag.

20.20 Postaw na milion

22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (36) – pr. rozr.

22.45 Do śmiechu! (79)

23.45 Kabaret. Super Show Dwójki 3 (34)

0.45 Koło fortuny

ROZRYWKOWY



20.00 Randka w ciemno (6) – Polska

Do serca Tomasza postarają się trafić: kosmolożka Kasia, matka trójki dzieci Karina i pracująca w handlu Judyta. Drugą osobą, która poszuka miłości, będzie Sara.

21.00 Kolacja w ciemno (97) – pr. rozrywk.

22.00 Gry małżeńskie (210, 133)

0.00 Love Island. Wyspa miłości (3, 4)

2.00 Gry małżeńskie (134, 135)

4.00 Zdrady (34, 35) – serial paradokum.

FANTASY



20.00 Łowca i Królowa Lodu – USA 2016, reż. Cedric Nicolas-Troyan, 145 min

Freja, siostra Raveny, posiada moc panowania nad lodem. Tworzy armię łowców, którym nie wolno kochać. Zakaz lamie dwoje wojowników.

22.25 Gwiazdy Kabaretu (177, 175) – pr. rozr.

0.25 STOP Drogowka

1.25 Love Island. Wyspa miłości (37)

2.30 Interwencja – mag.

2.55 Śmierć na 1000 sposobów (11) – dok.

3.25 Lubię disco! (269)

SERIAL



22.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (10)

Miłośniczki miejskich wygód zamieniają się miejscami z kobietami z prowincji. Oceniają one styl życia bogaczek. Elegantki próbują odnaleźć się w nowych warunkach.

23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (11)

0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (3)

1.00 Diabelskie boskie (13, 14) – reality show

1.55 Damy i wieśniaczki. Za granicą (1, 2)

3.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (28)

REALITY SHOW



20.50 Bitwa o gości (8)

Asia i Robert zapraszają do Alpak na Sosnowych Wzgórzach – enklawy zwierząt i swojskiego klimatu, gdzie gości wita przejazdka traktorem i domowy ser.

21.50 Jestem z Polski 16 (33, 30) – serial dok.

23.45 Niezwykłe Stany Prokopa (2) – pr. rozr.

0.45 Skąd pochodzę? (8) – serial dokumentalny

2.00 Pojedynk na podróże (4) – rozr.

3.00 Apetyt na miłość (8-ost.) – pr. rozrywk.

4.00 Wiem, co kupuję (1)

TVP HD

10.45 Gra słów. Krzyżówka

11.20 Na sygnale (537, 538)

12.25 Ojciec Mateusz 2 (16)

13.20 Komisarz Alex 7 (90)

14.15 Ranczo 5 (65) – obycz., Pol.

15.15 Ranczo 6 (66) – obycz., Pol.

16.00 Domowe patenty – mag.

16.10 Postaw na milion – telet.

17.10 Okrasa lamie przepisy

17.45 Makłowicz w podróży

18.20 Ojciec Mateusz 20 (258)

19.20 Ranczo 8 (93) – obycz., Pol.

20.10 Rodzinka.pl (219, 220) – serial komediowy, Polska

21.25 Ojciec Mateusz 34 (445)

22.20 Skarbiec – dramat krym.,

FILM USA 2016, 105 min

0.05 PiłBull (5-7) – serial sens.

TVS

5.30 Pismo ciekawostek

6.00 Telesprzedaż

10.05 Dzisiaj w regionie – inf.

10.10 Pogoda

10.20 Ekonomia – mag. ekolog.

10.50 Wochenblatt TV – pr. inf.

11.10 Dzisiaj w regionie – inf.

11.15 Pogoda

11.20 Muzyczne dni dobry

12.55 Klaczy i Lachy – pr. rozr.

14.35 Przy muzyce po Śląsku

15.10 Muzyczne podróże

16.15 Śląska karuzela – muz.

18.00 Koncert zwycięzcy

19.05 Koncert w TVS – pr. muz.

22.55 Szlagierowa lista – muz.

0.55 Program kulinarny

3.00 Pismo ciekawostek

ZOOM TV

8.00 Strażnik Teksasu 7 (3, 4)

10.00 MacGyver (5, 6) – sens.

12.15 Pułapki umysłu (1, 2)

13.20 Dynamo: Więcej niż magia 2 (1) – serial dokum.

14.25 Sensacje XX wieku (7, 8)

16.45 Wojciech Cejrowski – bosz prezydent

19.00 Strażnik Teksasu 7 (5, 6)

21.00 Kabaretowe przeboje 4

22.00 Hity polskiego kabaretu 7 (6) – pr. rozr.

23.00 Magia nagości. Hiszpania (1) – pr. rozrywk.

0.05 Magia nagości. Norwegia 4 (1) – pr. rozr.

1.00 Magia nagości. Polska – Najsmaczniejsze kaski

TLC

13.00 Bawić się jak amizse 7

15.00 Wiza na miłość: dalsze losy 8 – reality show

16.00 Historie wielkiej wagi – dalsze losy – serial dok.

18.00 Kilogramy zbędnej skóry 3 – serial dok., USA

19.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 5

20.00 Miłość za granicą

21.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show

22.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu. Między sporam – reality show

23.00 Dr Pryszczyla 5 – dok.

0.00 Dr Pryszczyla 4 – dok.

1.00 Miłość za granicą

C+ KUCHNIA HD

14.50 Kucharskiego pomysł na kuchnię (4, 5) – mag.

15.45 Włoska kuchnia Gino: Piękno tradycji (2, 3)

16.40 Jamie Oliver: gotuj sezonowo (1) – mag. kulin.

17.35 Hongkong od kuchni z Jeremym Pangiem (5)

18.30 Nie bój ryby! 2 (6) – mag.

18.55 Zgrillowani 2 (2) – mag.

19.25 M jak mięso 2 (1, 2) – dok.

20.15 Eva Longoria w poszukiwaniu meksykańskich smaków (5) – serial dok.

21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 11 (3-6) – serial dokumentalny

TVN TURBO HD

10.15 Złomowisko PL 10 (2, 3)

12.15 Naprawy nie do naprawy (8) – mag.

13.00 Zawodowi handlarze

14.30 Woiny samochodowe

16.30 Jeździć, obserwować

18.00 Raport Turbo – mag. inf.

18.15 Jeździć, obserwować

19.00 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (7) – rozr.

19.45 Moto kombi (10) – mag.

20.30 Mobilni mechanicy (2)

21.15 Duda kontra Szafranski

22.00 Raport Turbo – mag. inf.

22.15 Z drugiej reki (14) – mag.

23.00 Zawodowi handlarze

23.45 Moto Factory (10) – mag.

0.25 Wojny samochodowe

NOWA TV

9.30 Calkiem nowe lata miodowe (8) – kom., Pol.

10.00 Miodowe lata (34) – kom.

10.30 Wzięcie (50-52) – dok.

12.00 Poirot (5, 6) – serial krym.

14.00 Świat według Kiepskich (572, 573) – serial kom., Pol.

15.00 Świat według Bundych (244-249) – serial kom., USA

18.00 Calkiem nowe lata miodowe (5) – kom., Pol.

18.30 Miodowe lata (12-15)

21.00 Zdrady (88) – paradok., Pol.

22.00 Ślad (83, 84, 90) – krym.

1.00 Łowca pedofiliów

3.00 TV okazje (91, 92)

3.50 Wehikuł czasu (508, 507)

4.00 Sala operacyjna 4 (8)

METRO

8.35 Szpital (699, 700)

10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (7, 8)

12.35 Anatomia piękna 2 (5)

13.35 Przepis na życie 4 (5)

14.35 Zapukaj do moich drzwi (133) – telen., Turcja 2020

15.45 The Floor (19) – teleturniej

17.00 Cieżarówka przelaz Afrykę (7) – serial dokum.

18.00 Prawo Agaty 3 (13)

19.10 Kartoteka 9 (15)

20.00 Zagubieni w słońcu

FILM – sens., USA 2015, 125 min

22.05 The Traitors. Zdraycy (11)

23.50 Obecność 3: Na rozkaz diabła – horror, USA/Wielka Brytania 2021, 135 min

ANTENA HD

11.35 Kabaretowy szal (16)

12.35 Winnice miłości (47)

13.45 77 TV 5 (5) – pr. rozrywk.

14.45 Niezwykły dr Pol (27, 28)

16.45 77 TV 5 (15) – pr. rozrywk.

17.45 Wojciech Cejrowski – bosz prezydent

18.50 Morderstwa w Paryżu 9 (10) – serial kryminalny, Fr.

19.58 Czas na pogodę – pr. inf.

20.00 Morderstwa w Paryżu 10 (1) – krym.

21.20 Oficer i morderca – dram.

FILM krym., Kan. 2012, 100 min

23.00 Ted Bundy: Ulubiony

FILM morderca Ameryki – dramat kryminalny, USA 2021, 130 min

POLSAT 2 HD

- 5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (248) – reality show
7.30 Na ratunek 112 (839, 840) – serial paradokumentalny, Polska 2023
8.30 Sekrety rodziny (252-254) – serial paradokumentalny, Polska 2022
11.30 Trudne sprawy (1196) – serial paradokumentalny, Polska 2023
12.30 Dlaczego ja? (1442, 1443) – serial paradokument., Pol. 2025
14.30 Świat według Kiepskich (307-311) – serial komediowy, Polska



KRYMINALNY

- 17.00 48h. Zaginieni (269, 270) – Pol. 2024
Andrzej zgłasza zniknięcie swojej dwunastoletniej córki Julki, zdolnej baletnicy. Wychodzi na jaw, że matka nastolatki również jest uznawana za zaginioną.
19.00 Gliniarze (1125)
20.00 Ślad (28) – krym., Pol.
21.00 Gliniarze (1057)
22.00 American Hustle
FILM – dramat krym., USA/Chiny 2013, 170 min
0.50 Państwo młodzi:
FILM Chuck i Larry – kom., USA 2007, 140 min
3.10 Wydarzenia

SUPER POLSAT DVB T2

- 6.45 SuperLudzie Extra (23) – magazyn
7.00 Na ratunek 112 (625, 626) – paradok.
8.00 Doktor Martin (49, 50) – serial obycz.
10.00 Wydarzenia
10.30 Świat według Kiepskich (397, 398)
11.35 Twoja Twarz Brzmie Znajomo (175) – rozr.
13.30 Bitwa o palety (9)
14.30 Hell's Kitchen – Piękna Kuchnia 4 (36)
16.00 Ninja Warrior Polska (20)
18.00 Świat według Kiepskich (477, 478)
19.00 Rolniczi (5) – dok.
20.00 Kolacja w ciemno (58) – pr. rozrywk.



PRZYGODOWY

- 21.00 Percy Jackson i bogowie olimpijscy: Złodziej pioruna – USA/Kanada 2010, 140 min
Nastoletni Percy dowiadyuje się, że jest synem Posejдона. Wyrusza do obozu dla dzieci bogów, by nauczyć się tam umiejętności korzystać z nadprzyrodzonych mocy.
23.20 Rytuał – horror, USA/Węgry/Włochy 2011, reż. Mikael Hafström, wyk. Anthony Hopkins, 145 min
1.45 Backdoor. Wyjście awaryjne (5) – kom.

TV 6 DVB T1

- 6.00 Więzienie (188, 189) – serial dok., Pol. 2025
6.55 Policjantki i Policjanci (621, 622) – serial obycz., Polska
8.55 Kobra – oddział specjalny (165, 166) – serial sens., Niemcy
10.55 48h. Zaginieni (216-218) – serial kryminalny, Pol. 2023
13.55 Policjantki i Policjanci (1155) – serial obycz., Polska
14.55 Kobra – oddział specjalny (167, 168) – serial sens., Niemcy
17.00 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (79) – serial sensacyjny
18.00 Strażnik Teksasu (25, 26) – serial sens.

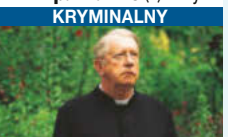


KRYMINALNY

- 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (145, 146) – USA 2008
Młody mężczyzna spłonął na plaży. Okazuje się, że był notowany. Razem ze współlokatorem kradli paliwo z aut. Ludzie Horatia trafiają na ślad grupy przestępczej.
21.55 Kości (57, 58) – krym.
23.55 Nagi instykt
FILM – thriller, USA/Francja 1992, 160 min
2.35 Krejzli patrol (37-40)
4.40 Kochane pieniądze (17) – serial paradok.
5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.

BBC FIRST HD

- 6.00 Zagadki doktora Blake'a 3 (2) – krym.
6.55 My Life is Murder 2 (5, 6) – serial krym.
8.35 Lewis 8 (2) – krym.
9.35 Ojciec Brown 9 (10) – krym., Wlk. Bryt. 2021
10.35 Śmierć pod palmami 8 (6) – krym.
11.45 Zagadki doktora Blake'a 3 (2) – krym.
12.55 London Kills 2 (4, 5) – krym., Wlk. Bryt. 2019
14.55 Ojciec Brown 3 (14)
15.50 Lewis 8 (2) – krym.
16.55 My Life is Murder 2 (6) – serial kryminalny
17.50 Morderstwa w Midsomer 10 (15, 16) – serial krym.
19.55 Śmierć pod palmami 8 (7) – krym.



KRYMINALNY

- 21.00 Ojciec Brown 13 (4) – Wielka Brytania 2026
Duchowny deyduje się pomóc dawnemu przyjacielowi, ekscentrycznemu brzocho-mowcy. Mężczyzna został oskarżony o morderstwo i trafił do aresztu.
22.00 Śmierć pod palmami 15 (8)
23.05 London Kills 2 (4, 5)
1.05 Śmierć pod palmami 8 (7) – krym.
2.15 Morderstwa w Midsomer 10 (15, 16) – serial krym.
4.00 Moja rodzinka 3 (5)
4.30 Ulica nadziei 4 (3)

STACJE DZIECIĘCE

TVP ABC DVB T2

- 10.45 Pamiętnik Florki
11.05 Małe i duże przygody Miffy 2
11.20 Świnka Peppa 8
11.35 Stacyjkowo (9, 10)
11.55 Strażak Sam (13, 14)
12.25 Domisie – dla dzieci
12.55 Halo, halo! (23)
13.00 Zaczarowany świat... (18)
13.20 Pszczołka Maja
13.50 Lupin wśród bajek
14.05 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham (31, 32)
14.30 Świnka Peppa 8
14.40 Topo Gigio (33, 34)
15.10 Rozmowy na dwie głowy (8) – widowisko
15.15 Al-chemik (5) – mag.
15.35 Mała Marinette (1, 2)
16.05 Kosmo-kumple



ANIMOWANY

- 16.35 Ricky Zoom – Wielka Brytania/Chiny 2019-2020
Przyjaciele uczą się jeździć na nartach. Ricky uważa, że to łatwizna. Dla innych nie jest to takie oczywiste.
17.05 Super Wings: Strażnicy Świata
17.30 Piotruś Królik
18.00 Nowe przygody Piotrusia Pana (19)
18.25 Luke, podróżnik w czasie (33, 34)
19.00 Dolina Muminków 3
19.20 44 Koty
19.35 Jak borsuk z lisem 2
19.45 Pająk Lucas 2

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 Niezwykłe pociągi (2)
7.00 Truckersi przez Australię (6) – serial dok.
8.00 Dorwać tuczyńca (3)
9.00 Wojny magazynowe
10.00 Wojny kontenerowe (11, 12) – serial dok., USA
11.00 Hardkorowy lombard
14.00 Polacy za granicą (63, 64)
16.00 Złomiarze (43, 44) – dok.
18.05 Poszukiwacze historii (246-249) – serial dokum.
20.05 Chłopaki do wzięcia (473-476) – serial dokum.
22.00 Zawód gлина (5) – dok.
23.05 Łowca pedofiliów (221-230) – serial dok., Pol.
4.00 Starożytni kosmici

FOOD NETWORK HD

- 13.10 Posiekani na słodko (5)
14.10 Dziwne potrawy (8)
15.05 Kulinarne podróże z Guyem Ferim:
Powroty 6 (7, 8) – mag.
16.10 Kuchenne rewolucje (6)
17.15 Magda gotuje internet
17.50 Apełty na miłość (5)
18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków: słodkie duety (4) – magazyn kulin.
19.50 Pojedynek na grille (7)
20.55 Bójka na plaży (1) – dok.
21.55 Dzwiczne potrawy (5)
22.55 Akcja: Restauracja! (13)
23.55 Człowiek kontra jedzenie (13-15) – mag.
1.25 Pyszne miejscówki (8, 9)

POLSAT RODZINA HD

- 9.00 Sąsiedzi (70) – anim.
9.10 Gwiazdy lombardu
11.05 Bogaty dom – biedny dom (119, 120)
13.00 Rodzina zastępcza (306, 307) – kom., Pol. 2009
14.55 Niezwykłe pociągi (4, 3)
17.05 Pingwiny z Madagaskaru 3 (4-7)
19.00 Rodzina zastępcza (263)
20.00 Miłode lata (17, 18, 54)
22.00 Skąd wiesz? – komedia, USA 2010, 145 min
0.25 Kapitulacja. Ostatnie godziny II wojny światowej – film dok., Fr.
1.35 Naciżni na wygnaniu – nieznana historia

BBC LIFESTYLE HD

- 13.30 Najdroższe brytyjskie domy 2 (1) – reality show
14.35 Irlandia: wspaniała podróz (2) – dok., Wlk. Bryt.
15.35 Zapraszam do stołu: Wielka porcja 19 (1)
17.35 Najdroższe brytyjskie domy 2 (2) – reality show
18.40 Mistrzostwa sycia 9 (3)
19.45 Wielkie brytyjskie wypieki: gwiazdy 4 (2)
21.00 Miłosne przekrety (3)
22.00 Życie w Dubaju (2) – dok.
23.05 Wystylwne choroby: Wizyta kontrolna 6 (2)
0.05 Ratunek dla skóry 5 (1)
0.55 Irlandia: wspaniała podróz (2) – dok., Wlk. Bryt.

NICK JR. HD

- 16.10 Blaze i Megamaszyny 7
16.40 Psi Patrol 2 (10) – anim.
17.00 Rubble i jego ekipa 4 (3)
17.30 Pan Krokodyl (8) – anim.
18.00 Barbapapa i jego rodzinka (16) – serial anim.
18.25 Tim Rex wśród gwiazd 2
18.40 Tim Rex wśród gwiazd
18.55 Dora 4 (3) – serial anim.
19.25 Przygody Misia Paddingtona 2 (6) – anim.
19.50 Przygody Misia Paddingtona 3 – anim.
20.02 Świnka Peppa 7 (39-43)
20.30 Barbapapa i jego rodzinka 2 (8) – anim., Fr.
21.00 Barbapapa i jego rodzinka (20-22) – anim.

POLSAT NEWS HD

- 14.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
14.55 Pogoda
15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny
15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15:50
16.10 Więcej „Wydarzeń” – inf.
16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
18.00 Najważniejsze pytania 19.15 Gość „Wydarzeń” – publ.
19.50 Debata Gozdry – 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

- 13.55 Blotnik stawowy z Doliny Wisłoki – dok.
15.00 Bliisko – rozmowy z Aleksandrą Piotrowską (10) – mag.
15.30 Ojciec Mateusz 26 (331, 332) – krym., Pol. 2021
17.30 Plaże Europy (2)
18.30 Tak to leciało! (82)
19.30 Miłość i nadzieja (237) – telenowela, Turcja 2022
20.30 Wichrowe wzgórce (218)
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (226) – obycz.
22.30 Elsa i Fred – komediodramat, Meksyk/Kanada/Portoryko 2014, 105 min

E! ENTERTAINMENT HD

- 8.00 Plastikarna fuzzerka
9.50 Z kamerą u Kardashianów (17, 18)
11.40 Tyler Henry – medium z Hollywood (3, 4) – rozr.
13.30 Plastikarna fuzzerka
15.20 Z kamerą u Kardashianów (19, 9)
17.10 Tyler Henry – medium z Hollywood (5, 6) – rozr.
19.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk.
19.30 Plastikarna fuzzerka (15, 16) – serial dok., USA
21.30 Z kamerą u Kardashianów 15
23.30 Tyler Henry – medium z Hollywood (7, 8) – rozr.

TV TRWAM DVB T1

- 17.30 Łączy nas historia – cykl reportaży, Polska 2025
17.55 Poczet wielkich Polaków – program hist.
18.00 Regina Coeli
18.05 Informacje dnia
18.15 Westerplatte młodych
19.00 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu
19.30 Brat Franciszek (15)
20.00 Informacje dnia
20.20 Rozaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.50 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Matusia – siostra Matylda Getter – dok.

BBC BRIT HD

- 10.25 Warsztat Hammonda 5
11.25 Niezwykłe hotele bez tajemnic 6 (4) – serial dok.
12.30 Top Gear 3 (3) – mag.
13.35 Warsztat Hammonda 5
14.35 Cuda inżynierii 3 (6)
15.40 Najslabsze ogniwo 4 (1)
16.45 Niezwykłe hotele bez tajemnic 6 (4) – serial dok.
17.50 Top Gear 3 (4) – mag.
18.55 Cuda inżynierii 3 (6)
20.00 Niezwykłe hotele bez tajemnic 6 (5) – serial dok.
21.00 Tajemnice Trójkąta Bermudzkiego (2) – dok.
22.00 Najslabsze ogniwo 5 (12)
23.00 Top Gear 3 (4) – mag.
0.05 Najslabsze ogniwo 4 (1)

MINI MINI+ HD

- 15.10 Baranek Shaun (23-25)
15.36 Jeżyk Happy (5, 6) – anim.
15.55 Mia i Kodus (20) – anim.
16.05 Mega Ekspres (11, 12)
16.30 Ciekawski George 7 (6)
17.00 Strażak Sam 14 (21, 22)
17.25 Staś i fajna Babcia
17.50 Moje urodziny – dla dzieci
17.56 Sferdy (35) – serial anim.
18.25 Leśna rodzina: Pamiętnik Frel (11, 12)
18.50 Baczne oczka (13, 1)
19.05 Kicia Kocia (11, 12) – anim.
19.25 Kicia Kocia 2 (6) – anim.
19.36 Jeżyk Happy (5, 6) – anim.
19.52 Basia (6) – anim., Pol. 2016
20.55 Wierszki domowe (3-5)
20.35 Dolina Muminków 4 (6)

TVP 3 DVB T2

- 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 Dłaczego krowa... – mag.
19.45 Kryminalna siódemka
20.00 Dziennik regionów – inf.
20.13 Gość Regionów – pr. publ.
20.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – pr. publ.
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów – inf.
22.20 Pierwsza Druha w Trójce – mag. piłkarski
22.30 Złoty chłopak (147)

NAJLEPSZE APLIKACJE NA SPOTKANIE Z PRZYJACIÓŁMI



NO TO GRAMY!

➔ Majówkowy wieczór, paczka znajomych i smartfon w roli głównej? Tak! Te gry mobilne w mgnieniu oka wprowadzą wszystkich w imprezowy nastrój – nawet wtedy, gdy zabraknie zasięgu.

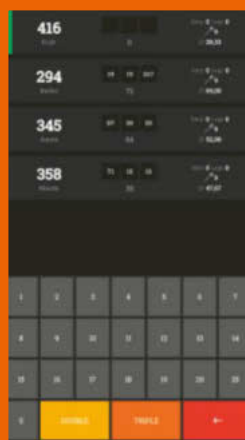
PRAWDA CZY FAŁSZ?

PINOKIO – GRA IMPREZOWA jest darmowa i działa offline. Na początku każdej rundy gracz, którego imię pojawi się na ekranie, wpisuje szczerą odpowiedź na wyświetlone pytanie. Później przekazuje telefon kolejnej osobie, która zapoznaje się z tym pytaniem i odpowiada, a następnie udziela uczestnikom rozgrywki odpowiedzi prawdziwej lub... wymyśla nową. Reszta ocenia, czy to prawda, czy fałsz, i otrzymuje punkty za poprawne typy. Dostępna w Google Play i App Store.



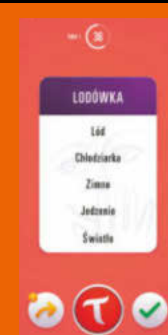
W tym pytaniu uczestnik odpowiada, czy to prawda, czy fałsz, i otrzymuje punkty za poprawne typy. Dostępna w Google Play i App Store.

W ŚRODEK TARCZY



DART SCOREBOARD RZUTKI LICZNIK to darmowa aplikacja, dzięki której zwykła tarcza zyskuje cyfrowe wsparcie – automatycznie zlicza punkty oraz wskazuje zwycięzcę. Można wybrać liczbę graczy, tryb rozgrywki, liczbę rund i punktów do zdobycia. Po uruchomieniu dodajemy zawodników, wpisujemy ich imiona i klikamy „Graj”. Punkty wprowadzamy na ekranie (z opcją „double” i „triple”). Aplikacja dostępna jest w Google Play i App Store. Wersja bez reklam: 39,99 zł.

ZAKAZANE WYRAZY



TABU – OFICJALNA GRA IMPREZOWA na Androida (w App Store jako **TABOO**) wymaga sprytu i refleksu. Do wyboru jest tryb drużynowy lub „jeden kontra wszyscy” (dla maksymalnie 10 osób). Wylosowane hasło trzeba opisać w taki sposób, by nie użyć zakazanych słów z karty. Celem jest

odgadnięcie jak największej liczby haseł przed upływem czasu. Tryb lokalny działa offline, możliwa jest także gra zdalna przez czat wideo. Za darmo dostępnych jest 100 kart, dodatkowe 50 to koszt od 8,89 zł. Płatność m.in. Blikiem i kartą.

GOTOWI? START!

TUKU TUKU – WYZWANIE 5 SEKUND jest dostępna na Androida, w App Store – pod nazwą **WYZWANIE 5 SEKUND**. Po uruchomieniu kliknij „Graj”, wskaż liczbę zawodników i wpisz ich imiona. Każdy gracz ma 5 sekund, by podać 3 odpowiedzi na pytanie z karty (np. „Wymień trzy miejsca na mieście miodowy”). Dostępnych jest 11 kategorii, możesz dodawać własne pytania. Aplikacja działa offline, nie zawiera reklam i pozwala na grę nawet w 20 osób. Pełny pakiet pytań kosztuje 13,99 zł.



JAK DOBRZE SIĘ ZNACIE?

KUMPLE: GRA IMPREZOWA wymaga połączenia z internetem. Nie chodzi tu o punkty, bo aplikacja oferuje tysiące pytań, aby lepiej poznać znajomych. Uczestnicy muszą pobrać apkę z Google Play lub App Store. Potem kliknij „Nowa gra” i wyślij kod zaproszonym osobom SMS-em lub przez WhatsApp – przystąpią do rozgrywki, wybierając „Dołącz do gry” i wpisując otrzymany kod. Wersja bezpłatna zawiera 14 zestawów pytań. Bez limitu kosztuje 9,99 zł tygodniowo lub 59,99 zł na zawsze.





→ Na pytania Czytelników odpowiada
INŻ. JAROSŁAW KUCHARAK,
absolwent Politechniki Łódzkiej
od 30 lat związany z branżą satelitarną



Prosimy o przysyłanie pytań
z opisem problemu e-mailem
na adres: inzynier@toiowo.pl

SAMOCZYNNE URUCHAMIANIE SIĘ DEKODERA

PAN KRZYSZTOF z Torunia ma dekoder 4K Ultrabox+ USW 400 1NCP od Canal +, do którego podłączony jest dysk zewnętrzny. Mimo ustawień: menu / oszczędzanie energii / automatyczne czuwanie / TAK, przejdź do czuwania po 6 godz., tryb czuwania / maksymalny, oszczędność energii (<0,5W) urządzenie włącza się co jakiś czas, słychać pracujący dysk pomimo braku ustawionych nagrań. Czytelnik zastawia się, czemu to ma służyć: ściąganiu danych, inwigilacji? Chciałby wyeliminować to zjawisko; pyta, czy można w ustawieniach wyłączyć cykliczne uruchamianie się Ultraboxa? Nie chce wyciągać zasilacza z gniazdka sieciowego, bo ta metoda na dłuższą metę nie jest „zdrowa” dla tunera. A może winne jest niewłaściwe oprogramowanie sprzętu?

JK Powiem szczerze, że nie spotkałem się z takim problemem na tego typu dekodery. Kilka lat temu, gdy nie było opcji odbioru treści medialnych od operatora przez internet, jedyny dekoder z dyskiem od Canal+, Pace PVR, faktycznie ściągał na dysk różne materiały i to w nocy. Dzisiaj, gdy prawie wszyst-

ko dostępne jest online, nie ma takiej potrzeby i cały praktycznie dysk jest w gestii użytkownika. Nie ma w menu dekodera opcji usypiania dysku. Proponuję spróbować rozwiązać problem metodą prób i błędów. Na początek przywróciłbym w dekodzie „ustawienia domyślne”. Po tej operacji dekoder traci połączenie internetowe wifi, konieczne więc będzie odpowiednie hasło. W opcjach „oszczędzania energii” może Pan wybrać ustawienie „automatycznego czuwania”. Osobiście wybrałbym „tryb czuwania” – „standardowy”. Choć niesie on ze sobą większe zużycie energii, to sprawia, że dekoder jest natychmiast gotowy do pracy po włączeniu go z pilota. Oszczędność energii jest niewielka, natomiast dekoder nie przechodzi całego procesu uruchamiania, podobnie jak ma to miejsce w przypadku odłączenia go od sieci zasilającej. Proszę teraz sprawdzić poprawność współpracy dysku z dekoderm. Jeśli nic się nie zmienia, to pewnie wymienilibym dekoder i dysk na inne w punkcie dystrybucyjnym. Na koniec spieszę zapewnić Pana, że mimo pracującego dysku nie ma mowy o żadnej „inwigilacji” ani o „ściąganiu danych” na temat aktywności dekodera abonenta.

ROZWIĄZ DLA PRZYJEMNOŚCI



reżyser „La strady”	teleturniej w TVP2		lis japoński		odprężenie po bólu		chilijskie góry
skoczny płas						4	
			obrzeże		boa tancerki rewiowej		miasto, rzeka lub auto
rodzaj pantofla				2			
				w kalendarzu			Oldfield, muzyk
1 kg wody		Amy „Ona” ze stolicą w Cardiff					
chaos		przesyła cyfrowe dane					
	5				kofeina z liści herbaty		płatne brawa
np. aneks na brzeckę							
				epoka Rubensa			pracę omija z daleka
roślina lecznicza	greko-katolik		wpada do luzu			3	
zasnute chmurami		odmiana w hodowli faworyty					
					defensywa		sejmowa dysputa
chroni głowę		brany na gitarze pasmo światła					
				stragan			na czele klasztoru
bakteria							
nielot z rządu kazuarów							
			naftowa w rurociągu				1
zespół na boisku		kolor ciemnoniebieski					
			tatami				

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---



OBEJRZYMY ONLINE LUB W TV

TVP SPORT SPORT Koszykarskie mistrzostwa świata 3x3, które odbędą się od 1 do 7 czerwca br. w Warszawie, pokaże TVP. Weźmie w nich udział po 20 kobiecych i męskich zespołów, w tym dwa polskie. Wszystkie mecze obejrzymy na stronie tvpsport.pl i w aplikacjach (mobilnej, smart TV), a wybrane na antenie TVP Sport.

KOLEKCJA TREŚCI RELIGIJNYCH

STREAMING Na TVP VOD powstała kolekcja zawierająca m.in. transmisje mszy św., programy i dokumenty o tematyce religijnej, produkcje o Janie Pawle II, 5 sezonów serialu „The Chosen” o życiu Jezusa (zdj.) i kinowe hity, np. „Johnny” o ks. Janie Kaczkowskim. Znajdziemy ją pod adresem vod.tvp.pl/religia.



jest nim bażant		oferowany na sprzedaż		ze stopą		domki letni	... Błaszczyk, „Zmiennicy”		... Gogolewski, „Chłopi”		zespół trzech muzyków		pocięcha dziadków
„Centralne ... uwodzenia”, komedia				reakcja na hasło			zmora Sycylii		Kwiatkowska albo Karel				
magazyn reportażów w TVN	preludium	po Pannie ma ciupagę					wystawa handlowa				2	Jerzy ... Jarzabek w „Misiu”	jesienny kwiat
				nosił kontusz		4		wódz plemienny	wzmianka prasowa				
cierpie ze strachu					odtwórca roli		miasto w Izraelu				... Dymszówna, aktorka		likier kminkowy
podawana na zgodę		rodzaj fartucha		strzęp waty				w oknie celi	ustrój za lwana Groźnego				
				ptasie gody		pirat z gładkim królewskim		talerze, żele				6	
ciepły płaszcz			3			czarny koń			syn Dedala				
									jajeczka psągów				
dokument prawny	zwiastun wiosny		szata księdza					paragon				broń Wołodyjowskiego	„Przystanek ...”, serial
			wachta lekarza		frakcja partii	ma ogon jak wachlarz			bywają pod gruszą	... manna pierwotny teren			5
nadaje audycję						rzeka lub choroba	libańska sosna					zboża wiosną	Cameron ... „Maska”
							śmieci w sieci						
			7	kuzyn mintaja				reguła, norma					
mały kuc		pensja żołnierza								święty ptak Egiptu			
				gobelin					krowie dziecko			9	
mistrz duchowy		oprawa obrazu											
						1	polny gryzoń						

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

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:** Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kolałowska, Iwona Leonczuk, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek, Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka **Hub Poradniki:** Red. zarządzająca: Monika Bobowska **Hub Graficzny:** Dyrektor: Robert Latek **Lider:** Mirosław Orzechowski **Koordinator:** Marcin Makarewicz **Graficy:** Edyta Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Walinowicz, Sławomir Kozłowski, Agnieszka Glewicka, Małgorzata Porębska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedycji:** **Lider:** Agata Zasada **Koordinatorzy:** Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedycy:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela Tafińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominek



Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
 ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa
Zarząd: Prezes Zarządu: Tomasz Namysł
Członkowie Zarządu: Andrzej Chojnowski, Marek Lasota
Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego: Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orełko
Publisher/Wydawca: Justyna Hałas
Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl,
 e-mail: prenumerata@bauer.pl,
 tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.



Dyrektor biura reklamy: Izabela Sarnecka
Dyrektor segmentu pism telewizyjnych:
 Aneta Rym-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 ZNALĄZY SIĘ CYFRY OD 1 DO 9.

		2					5	
9	7		8	5		4		
				3	1			
2		5		7			1	
				8				
	1			2		8		7
			3	9				
		1		4	6		8	3
	5					2		

		4	7					3	
3						2			
9	8								2
5	2					9			
		7	2			8	6		
			4					8	5
8								6	7
			5						4
	3					4	1		

sklep z dziełami sztuki		Marek ... „Dzień swira”	wyparł siennik		w butli z propa-nem		gigant wśród smyczków	bankiet		Włochy		przypala się w garnku	piaszczy-sła wzdłuż morza
typ nadwozia													
odłam religijny					państwo ze stolicą w Kijowie								prośba do narodu
	5		rodzic, ojciec					mrzonka					
waluta Kuby					imię Kręglickiej						odbiera fale radiowe		z warko-czem na niebie
pierogi lub bigos		np. kontrakt	obrzeże					powieść Bolesława Prusa					3
			4	dzieje rodu	Kinga ... dziennikarka							zaleta	sąsiad Turcji
					brat Kaina	dopływ Wisły							
kiernoz	tusz do rzęs							mata judoki			6		
					... lance-towata					dawniej usypiał			
jaskinia		podłoże życia roślin						... Sza-flarska „Skarb”					
sala szkolna													
					sznur z pętlą		1			napaść			

LITERY Z PONUMEROWANYCH
PÓŁ UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

JBL

GRIP



TUNE 530 BT



GO 5



**ZAWSZE NAJLEPSZY
WYBÓR**



ZESKANUJ KOD ABY UZYSKAĆ
WIĘCEJ INFORMACJI