

NETFLIX

Disney+

HBO
max

prime video

CANAL+

NR INDEKSU 379236

PROGRAM TV NR 30/20.07.2026
25.07-31.07.2026

4,29 zł (w tym 8% VAT)

to&ovo TV

SPORT NA ŻYWO

PIŁKA NOŻNA

ELIMINACJE LIGI MISTRZÓW
LECH POZNAN - AARHUS

FORMUŁA 1

GRAND PRIX WĘGIER

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN: LN

MECZE ĆWIERĆFINAŁOWE

LEKKOATLETYKA

MISTRZOSTWA POLSKI 2026

KALENDARZ
KIBICAI INNE SPORTOWE
WYDARZENIA
TYGODNIA
» s. 14-17PONAD
150
OPISÓW FILMÓW
NA CAŁY
TYDZIEŃ!**MICHAŁ
PASZCZYK**BĘDZIE NAS BAWIŁ
DO ŁEZ NA 31. FESTIWALU
KABARETU W KOSZALINIE s. 10**SANDRA
HAJDUK-
POPIŃSKA**

WYWIAD TO&OWO TV

DZIEŃ DOBRY WAKACJE

To program, który
daje wszystko,
czego dziennikarz
potrzebuje s. 4

OBSESJA

NETFLIX
DISNEY+
HBO MAX
I JESZCZE
WIĘCEJ! s. 18PROJEKT
HAIL MARYDIABEŁ UBIERA
SIĘ U PRADY 2**NIE MA NUDY
PRZED EKRANEM!**MISS
SUPRANATIONAL 2026

AGENCI NCIS: SYDNEY 3

POMPEJE: PODRÓŻ W CZASIE
Z TOMEM HIDDLESTONEM

YELLOWSTONE 2



VIGIL 2



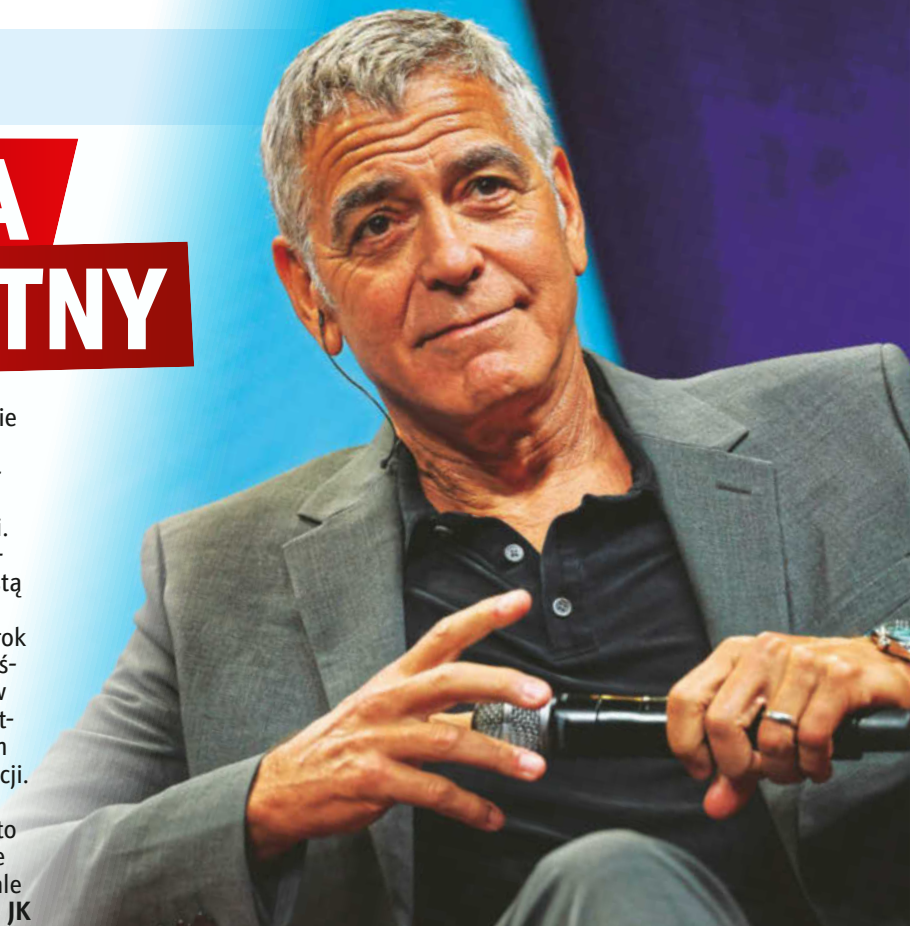
30

Numer
w sprzedaży
do 26.07.2026

eprasa.pl 64.116647df

ARTYSTA KOMPLETNY

George'a Clooneya spotkało nie lada wyróżnienie – podczas tegorocznego festiwalu w Wenecji (2-12 września) otrzyma Złotego Lwa za całokształt twórczości. W uzasadnieniu jury nazwało aktora, reżysera i producenta artystą kompletnym, charyzmatycznym i pełnym pasji, łączącym styl i urok dawnych gwiazd kina z wrażliwością charakterystyczną dla czasów współczesnych. A co na to wszystko sam nagrodzony? – Przeżyłem wiele wspaniałych chwil w Wenecji. To bez dwóch zdań mój ulubiony festiwal. Otrzymać Złotego Lwa to wielki zaszczyt. Prawdopodobnie oznacza to też, że jestem stary, ale niech będzie – stwierdził. JK



→ AKTUALNOŚCI

WRESZCIE I W POLSCE

POKOCHAJ LUB SPRZEDAJ szuka uczestników do pierwszej polskiej edycji! Warunkiem koniecznym jest posiadanie budżetu na remont generalny lub zakup nowego lokum – w każdym odcinku uczestnicy wybierają między przeprowadzką do jednej z nieruchomości zaproponowanych im przez produkcję a pozostaniem w dotychczasowym domu, który przeszedł metamorfozę pod okiem ekspertów. Zgłaszać się można przez stronę polsat.pl/casting/pokochaj-lub-sprzedaj. Program zadebiutuje niebawem na antenie Super Polsatu; tymczasem fani formatu mogą oglądać jego zagraniczne edycje w każde popołudnie w WP (na zdj. prowadzący wersji kanadyjskiej). JK



CORAZ TŁOCZNIEJ

TANIEC Z GWIAZDAMI ogłasza co chwila kolejnych uczestników. Domysły wielu okazały się słuszne – w nadchodzącej edycji wystąpi też Izabela Kuna (zdj. z l.). Treningi do show będzie musiała pogodzić z promocją drugiego sezonu „Klary”, który już 7 sierpnia zadebiutuje w HBO Max. Do grona uczestników dołączyła również Joanna Jędrzejczyk (zdj. z pr.). Jako zawodniczka MMA na pewno może pochwalić się dobrą kondycją, ale jak poradzi sobie z utrzymaniem ramy? Oprócz obu pań jesienią na parkiecie zobaczymy też m.in. Martę Wiśniewską, Helenę Englert, Piotra Gumulca, kucharza Matteo Brunettiego i aktora Krzysztofa Kwiatkowskiego. JK



ŚLEDZTWO NA PLAŻY

FANI DETEKTYWÓW powinni zacząć pakować walizki. W sobotę 1 sierpnia w Pobierowie (w połowie drogi między Międzyzdrojami a Kołobrzegiem) odbędzie się wyjątkowy zlot miłośników produkcji. To okazja, żeby spotkać się z obasadą, zdobyć autograf, zapytać o kulisy powstawania serialu, ale też wziąć udział w interaktywnej grze i jako śledczy samodzielnie rozwiązać zagadkę kryminalną. Wszystko to zresztą zaledwie początek atrakcji przygotowanych przez organizatorów – w planach jest również m.in. mecz siatkówki z udziałem aktorów. Cała impreza rozpocznie się na scenie Projektu Plaża.

JK



KONIEC JUROROWANIA

JULIA WIENIAWA po trzech edycjach za jurorskim stołem zegna się z „Mam talent!”. – To były trzy lata pełne emocji, wzruszeń, śmiechu i spotkań z niezwykle utalentowanymi ludźmi. Jestem ogromnie wdzięczna, że mogłam być częścią tego programu i przeżyć tyle pięknych chwil – napisała w mediach społecznościowych. Podziękowała też widzom, ekipie i uczestnikom za serce i odwagę potrzebne do udziału w show. W kuluarach mówi się, że artystkę podkupiła konkurencja. A co dalej z programem? W jury pozostają Agnieszka Chylińska, Marcin Prokop i Agustín Egurrola; na razie nie wiadomo, czy ktoś do nich dołączy.

JK

MEMY ZAMIAST KUBŁA KRWI?

CARRIE w wersji serialowej coraz bliżej. W adaptacji przygotowywanej przez Prime Video jej losy zostaną uwspółcześnione: nastolatka (w tej roli Summer H. Howell) padnie ofiarą skandalu związanego z nękaniami w sieci... Za kamerą staną Mike Flanagan, specjalista od serialowych horrorów z drugim dnem: ma już na koncie m.in. „Nawiedzony dom na wzgórzu”, „Nocną mszę” i „Zagładę domu Usherów” (wszystkie trzy do obejrzenia w Netflixie) oraz film „Doktor Sen” – opartą na prozie Stephena Kinga kontynuację „Lśnienia”. Jeżeli ktoś jest w stanie opowiedzieć coś nowego i ciekawego o „Carrie”, to właśnie Flanagan.

JK



KOMIK OD KULIS

LOUIS DE FUNÈS doczeka się filmowej biografii. Dziś należy do grona najbardziej rozpoznawalnych aktorów francuskich i komediowych, ale świat kina nie od razu poznał się na jego talencie – w początkach kariery zarabiał, głównie grając na pianinie we francuskich lokalach i udzielając korepetycji. Przełom nastąpił w latach 50., choć światowej publiczności dał się poznać jeszcze później. Akcja filmu ma się rozpocząć w 1964 roku, kiedy do kin trafiły takie hity jak „Żandarm z Saint-Tropez”, „Fantomas” czy „Napad na bank”. W roli wówczas 50-letniego aktora wystąpi Pierre Lottin – tegoroczny laureat Cezara.

JK



ŻEGNAMY DR. GRANTA

SAM NEILL (1947-2026), nowozelandzki aktor, reżyser i scenarzysta irlandzkiego pochodzenia, odszedł w wieku 78 lat. Nam kojarzy się przede wszystkim z nieco zręcznym paleontologiem dr. Alanem Grantem, ale wystąpił przecież też m.in. w 3. odsłonie horroru „Omen”, w „Polowaniu na Czerwony Październik” czy u Krzysztofa Zanussi w „Z dalekiego kraju”. Dwukrotnie był również kandydatem do roli Jamesa Bonda (przegrał z Timothyem Daltonem i Pierce'em Brosnanem). A już w najbliższą niedzielę będziemy mieli okazję przypomnieć sobie jego najślawniejszą rolę: 26 lipca o godz. 16.10 Polsat pokaże „Park jurajski”.

JK



MALEDIWY I ZABRZAŃSKA DZIAŁKA

➔ Jakie są jej wakacyjne plany i gdzie najchętniej odpoczywa? I dlaczego okulary jej dziadka trafiły do Muzeum Miejskiego w Zabrzu?

WYWIAD
➔

**DZIENNIKARKA,
PREZENTERKA
i miłośniczka
rocka.** Zawód
dziennikarza jest
jej wielką pasją,
ale, jak sama
mówi, praca to
tylko praca.

Pochodzi z Zabrze, gdzie ukończyła I Liceum Ogólnokształcące im. prof. Zbigniewa Religi. Studiowała filologię polską na Uniwersytecie Śląskim w Katowicach. Z mediami związana od 2015 roku. W 2020 roku została prowadzącą cykl „Showbiz” w „Dzień Dobry TVN”, a od grudnia 2023 roku jest jedną ze współprowadzących ten poranny magazyn.

Ma Pani zapracowane wakacje?

Wszystko wskazuje na to, że tak. W tym roku widzimy się z widzami każdego dnia, co jest nowością, bo w poprzednich latach „Dzień Dobry Wakacje” emitowane było tylko w weekendy. Oznacza to, że nie mamy przerw w spotkaniach z widzami, co moim zdaniem jest świetną decyzją. Przygotowaliśmy też specjalny cykl „Kolonie z Dzień Dobry TVN”, w ramach którego gwiazdy opowiadają o swoich ulubionych miejscach z dzieciństwa.

Czy prowadzący również dzielą się wakacyjnymi wspomnieniami?

Owszem. O swoich wakacjach opowiedzieli już Krzysztof Skórzyński,

Ewa Drzyzga, a także ja. Zdecydowałam się pokazać Zabrze, czyli moje rodzinne miasto. Chociaż często jeździłam na Mazury, skąd pochodzi moja mama, a także nad morze i w góry, moim ukochanym miejscem niezmiennie pozostaje Śląsk. Ma on wiele do zaoferowania i to właśnie z nim wiąże się moje najpiękniejsze wspomnienia z dzieciństwa.

Słyszałam, że już jako mała dziewczynka marzyła Pani, żeby prowadzić „Dzień Dobry TVN”. Czy to prawda?

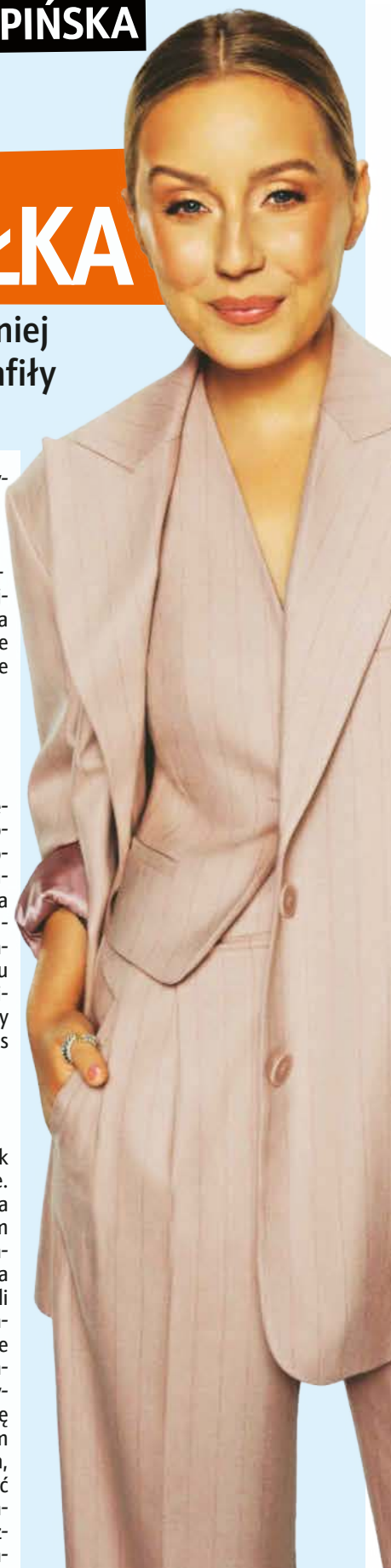
To program, który daje prowadzącemu wszystko, czego dziennikarz potrzebuje i o czym marzy. Z jednej strony oferuje dużą różnorodność tematów oraz pracę na żywo, której nie da się porównać z niczym innym. Z drugiej, daje przestrzeń do bycia autentycznym. Prowadzenie programu na żywo przez niemal cztery godziny w pełni pokazuje, jakimi jesteśmy ludźmi, ponieważ przez tak długi czas nie da się kreować postaci.

Czy życie pozytywnie zweryfikowało to dziecięce marzenie?

Myszę, że tak, chociaż moja praca, jak każda inna, ma swoje blaski i cienie. Powodów do narzekania nie ma chyba tylko ktoś, kto zajmuje się głaskaniem kotów na greckiej wyspie, bo słyszałam, że gdzieś pojawiła się taka oferta pracy. Nie lubię powiedzenia, że jeśli kochasz to, co robisz, to nie przepracowałeś ani jednego dnia w życiu. Nie zgadzam się z nim. Uważam, że praca jest pracą. Osobiście oddzielam życie prywatne od zawodowego. Daję tej pracy całe swoje serce, ale staram się nie zapominać, że pod koniec dnia, kiedy wracam do domu, chcę cieszyć się swoim życiem prywatnym i pamiętać, że to ono jest moją bezpieczną przystanią. Wiele osób rozczarowa-

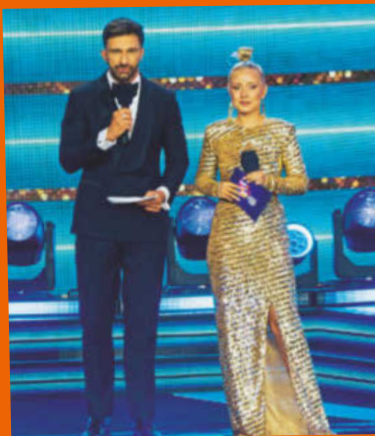


Jeszcze do niedawna prowadziła z Maciejem Dowborem wakacyjne studio „Dzień Dobry TVN”.



SKĄD JĄ ZNAMY?

TOP OF THE TOP FESTIWAL (OD 2024) Współprowadzi koncerty podczas festiwalu w Operze Leśnej w Sopocie. Na zdjęciu z Mateuszem Hładkim.



MAGDA GOTUJE INTERNET (2025) W programie Magdy Gessler opowiedziała m.in. o miłości, hejcie i o macierzyństwie.

SHOWBIZ (2020-2023) Po dołączeniu do „Dzień Dobry TVN” opowiadała o aktualnościach ze świata show-biznesu.

ło mnie na zawodowej drodze. Do dziś czasami otwieram szeroko oczy, przyglądając się temu, jak bezpardonowi potrafią być ludzie z show-biznesu. Jednocześnie ta praca ma wiele pięknych stron, bo daje możliwość niezwykłych spotkań. Ostatnio jako jedyna dziennikarka z Polski miałam okazję porozmawiać z Mickiem Jaggerem. Myślę, że dla każdego fana muzyki, ale także dla wielu innych osób, to naprawdę coś wyjątkowego.

Jaki jest Mick Jagger w bezpośredniej rozmowie?

Naczytałam się, że potrafi być arogancki albo przerywa rozmowę w połowie. Tymczasem moje wrażenia były zupełnie inne. Był błyskotliwy i dowcipny, szybko reagował na pytania. Naprawdę wspaniały rozmówca.

Niedawno skończył się mundial. Pani dziadek, Henryk Hajduk, był piłkarzem. Czy Pani też pasjonuje się piłką nożną?

Niestety nie. Mecze oglądałam tylko wte-

dy, gdy gra reprezentacja Polski. Sam sport nie jest jednak dla mnie szczególnie interesujący. Byłam kilkakrotnie na meczach piłki nożnej. Rozczarował mnie stadion Legii Warszawa, ponieważ widziałam tam wiele przejawów agresji wśród kibiców. Nie rozumiem tego, bo w przypadku innych dyscyplin sportowych zjawisko to nie występuje na taką skalę. Kiedyś często chodziłam na mecze futbolu amerykańskiego i panowała tam zupełnie inna, bardziej rodzinna atmosfera. Kibic jednej drużyny mógł usiąść w koszulce swoich barw obok kibica drużyny przeciwnej, a nikt nie patrzył na niego krzywo ani go nie wyzywał. Na meczach piłki nożnej trudno to sobie wyobrazić.

Pani dziadek był wyjątkowym zawodnikiem, bo grał w... okularach!

Teraz znajdują się w muzeum w Zabrze. To nasza rodzinna duma. Pamiętam pogrzeb dziadka, który został pochowany z honorami na cmentarzu w Zabrze. Pojawiła się na nim delegacja Górnika Zabrze, w którego barwach grał. Przyjaźnił się ze Stanisławem Oślizłą i Ernestem Polem – legendami śląskiej piłki nożnej. Był chyba jedynym piłkarzem w Europie, który występował na boisku w okularach. To dla mnie pewna inspiracja: nawet jeśli świat mówi, że coś trzeba robić w określony sposób, warto pozostać wiernym własnej drodze.

Bardzo ważnym mężczyzną w Pani życiu jest tata. Ma ciekawy tatuaż...

To piękna historia (śmiech)! Tata zaskoczył mnie tym tatuażem podczas mojego wesela. Zrobił go w wielkiej tajemnicy. Podczas pierwszego tańca – który w moim przypadku był właśnie tańcem z tatą – do piosenki AC/DC w pewnym momencie rzucił się na kolana i, niczym Angus Young, przesuwając się po parkiecie, rozdarł koszulę. Wtedy zobaczyliśmy ten tatuaż. Widniało na nim moje imię. Kiedy byłam nastolat-

ką, poszliśmy razem z tatą na koncert AC/DC na warszawskim Bemowie. Ten tatuaż stanowi więc pewien symbol. Tata nie ma żadnych innych tatuaży, a ten był wyrazem jego miłości do mnie.

Bardzo ważnym mężczyzną w Pani życiu jest też mąż. Czy nie czuła się zazdrosny, gdy wszędzie widać było Panią u boku kolegi z pracy, Macieja Dowbora, nawet na okładkach kolorowych pism?

Absolutnie nie był zazdrosny. Zadbaliśmy z Maćkiem o to, żeby nasze rodziny się poznały. Od początku z Maćkiem czuliśmy się jak stare, łyse konie – patrzyliśmy na siebie jak brat i siostra. Myślałam, że nasi partnerzy od razu to wyczuli. Poza tym mój mąż ma ogromną dozę zrozumienia dla mojej pracy, która przecież nie kończy się o siemnastej. Często wyjeżdżam na zdjęcia, nie ma mnie w domu wieczorami, bo na przykład prowadzę jakiś event. Na szczęście mój mąż doskonale rozumie ten styl pracy i jest dla mnie wielkim wsparciem.

Zaczęłyśmy rozmawiać o wakacjach i na koniec też o nie zapytał. Jakie są Pani ulubione kierunki, które wybiera, jadąc na urlop?

Moim miejscem na ziemi są Malediwy, które odwiedziłam już sześć razy. Zazwyczaj lecę tam między listopadem a kwietniem, bo wtedy panują najlepsze warunki pogodowe. Ale obok Malediwów Kocham też działkę mojego taty w Zabrze. Jak widać, jestem złożona z kontrastów (śmiech). W listopadzie wybieram tropikalny malediwski raj, a w lipcu – zabrzańską działkę. W życiu potrzebna jest równowaga, a te dwa miejsca idealnie oddają to, czego potrzebuję do szczęścia.

Rozmawiała Marzena Juraczko

→ DZIEŃ DOBRY WAKACJE SO 25.07 godz. 07.45 TVN

sobota
niedziela
poniedziałek
SENSACJA

HIT
Lucy

GODZ. 21.00 POLSAT FILM Młoda Amerykanka zyskuje nadludzkie moce za sprawą nowego narkotyku. Wykorzystuje je do walki z mafią. Dzieło Luca Bessona, twórcy „Nikity” i „Leona zawodowca”. Wartka akcja i dużo scen pojedynków.


Siedem

GODZ. 22.50 TVN FABUŁA Morderca wciąga detektywów w makabryczną rozgrywkę. Inscenizuje zbrodnie tak, by wyglądały na skutek popełnienia grzechu. Dreszczowiec z potęgującymi mroczną atmosferę zdjęciami Dariusza Khondji.


Jestem mordercą

GODZ. 21.55 KINO POLSKA Scenariusz inspirowany historią wampira z Zagłębia. Lata 70. Morderca terroryzuje Śląsk. Dla milicjanta śledztwo jest szansą na karierę.

KOMEDIA

HIT
Dalej jazda! 2

GODZ. 21.00 C+ PREMIUM Chwytająca za serce komedia będąca hołdem dla dojrzałej miłości. Cierpiąca na alzheimera Ela i jej zmagający się z nowotworem mąż planują ślub kościelny. Ich bliscy mierzą się z własnymi problemami.


Sojusznicy

GODZ. 20.00 HBO Premier Wielkiej Brytanii i prezydent USA są politycznymi przeciwnikami. Wspólny wróg zmusza ich do połączenia sił. Znany z serialu „Luther” Idris Elba oraz wrestler John Cena w roli skazanych na siebie rywali.


Śmietanka towarzyska

GODZ. 22.30 TVP KOBIEȚA Lata 30. Intelktualista pragnie dołączyć do elity. Droga na szczyt to trudna szkoła życia. Słodko-gorzka komedia Woody’ego Allena.

DRAMAT

Bohater

GODZ. 22.15 TVP KULTURA Więzień na przepustce oddaje znaną torbę z pieniędzmi. Podziw z czasem przeradza się we wrogość. Nagrodzony w Cannes dramat w reżyserii Asghara Farhadiego, autora oscarowego „Klienta”.


HIT
Furia

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Załoga amerykańskiego czołgu mierzy się z licznymi oddziałami nazistów. Trzymająca w napięciu opowieść osadzona u schyłku II wojny światowej. Brad Pitt stworzył w niej zapadającą w pamięć kreację.


**Zniewolony.
12 Years a Slave**

GODZ. 20.10 ALE KINO+ XIX w. Nowojorski muzyk zostaje niewolnikiem. Nie traci nadziei na odzyskanie wolności. Trzy Oscary.

SF/FANTASY

Lisa Frankenstein

GODZ. 21.35 HBO Połączenie komedii romantycznej z kinem grozy. W życiu wyobcowanej nastolatki pojawia się mężczyzna z epoki wiktoriańskiej, którego wskrzesił piorun. Choć pochodzą z różnych światów, wiele ich łączy.


Resident Evil: Witajcie w Raccoon City

GODZ. 21.00 SCI FI Ekranizacja gry komputerowej. Do Raccoon City powraca Claire Redfield. Chce ostrzec brata, policjanta Chrisa, przed niebezpieczeństwem. Tymczasem czające się w podziemiach miasta zło zostaje uwolnione...


Ruchomy chaos

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA Todd dorasta wśród kolonizatorów odległej planety. Wraz z przybyłą z kosmosu Violą odkrywa mroczny sekret miejscowej społeczności.

wtorek



Hitman: Agent 47

GODZ. 21.00 SUPER POLSAT

Zabójca o nadludzkich umiejętnościach walczy ze zbrodniczą korporacją. Znajduje sojuszniczkę. Adaptacja gry komputerowej.

środa



Rzeka tajemnic

GODZ. 22.25 WARNER TV

Zbrodnia spłata losy mężczyzny naznaczonego dramatem z dzieciństwa. Clint Eastwood przeniósł na ekran książkę Dennisa Lehane'a.

czwartek



Love Lies Bleeding

GODZ. 22.30 ALE KINO+

Lou – w tej roli Kristen Stewart – stara się chronić przyjaciółkę, która zabiła brutalnego szwagra. Zrzuca winę na swojego ojca, szefa gangu.

piątek



Kult

GODZ. 22.00 STOPKLATKA

Policjant odkrywa mroczne sekrety społeczności praktykującej na wyspie okultystyczne rytuały. Remake dreszczowca z 1973 roku.



Sąsiedzi 2

GODZ. 22.30 FILMBOX+ ONE

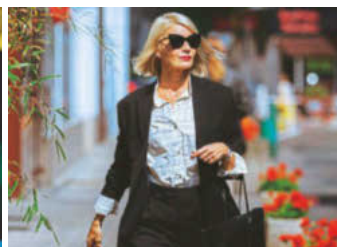
Kontynuacja hitu o sąsiadach z piekła rodem. Pechowa para łączy siły z dawnym wrogiem, by uporać się z grupą głośnych studentek.



Ted

GODZ. 22.05 POLSAT

John musi wybierać między przyjaźnią z pluszakiem a związkiem z Lori. Pełna dosadnego humoru komedia doczekała się serialowego prequela.



Zolza

GODZ. 22.30 TVP KOBIETA

Bezwzględna producentka seriali nawiedzają... bohaterowie jej produkcji. Scenariusz komedii napisała Ilona Łepkowska



Bez wyjścia

GODZ. 20.00 HBO

Zwolniony pracownik wkracza na ścieżkę zbrodni. Park Chan-wook, reżyser „Oldboya”, przedstawia satyrę na korporacyjną mentalność.



Dreams

GODZ. 20.00 C+ PREMIUM

Obnażająca nierówności klasowe opowieść o toksycznym romansie nielegalnego imigranta z Meksyku i amerykańskiej filantropki.



Dywidzion 303. Historia prawdziwa

GODZ. 18.55 POLSAT FILM

Opowieść o bohaterskich polskich pilotach oparta na motywach książki Arkadego Fiedlera.



Hrabia Monte Christo

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA

Ofiara spisku powraca, by po wielu latach wyrównać rachunki ze zdrajcami. Widowiskowa adaptacja najśłyniejszej powieści o zemście.



Sierpniowe niebo. 63 dni chwały

GODZ. 20.05 TVP HISTORIA Poruszające losy uczestników powstania warszawskiego przeplatają się ze współczesnymi wydarzeniami.



Chappie

GODZ. 21.00 SCI FI W społeczeństwie przyszłości o porządek dba policja złożona z robotów. Pewien przeprogramowany android zaczyna odczuwać emocje.



Igrzyska śmierci

GODZ. 20.00 FILMBOX+ ONE

Początek trylogii na podstawie powieści Suzanne Collins. Uczestnicy krwawego turnieju zapoczątkowują rebelię przeciwko tyranii.



Transformers: Wiek zagłady

GODZ. 20.00 PARAMOUNT NETWORK

Czwarty rozdział wojny potężnych maszyn. Stara ciężarówka okazuje się kosmicznym robotem.



Liga Sprawiedliwości

GODZ. 20.00 TVN FABUŁA

Superbohaterowie z uniwersum DC Comics jednoczą się we wspólnej misji. Ziemi zagraża armia dowodzona przez Steppenwolfa.

AGENCI Z AUSTRALII, podejrzana pracodawczyni, Kevin Costner i jego ranczo, rodzinna saga z drzewem w tle, tragedia powstańców.

Ekipa agentów gotowa do działania.

Mackey może zawsze liczyć na pomoc Dempseya (Todd Lasance).



NOWY SEZON

AGENCI NCIS: SYDNEY

KRYMINALNY Połączone siły agentów NCIS i Australijskiej Policji Federalnej ponownie wkraczają do akcji. Trzeci sezon zabierze widzów na malownicze, ale jednocześnie pełne zagrożenie wybrzeże Australii, gdzie bohaterowie będą mierzyć się z przestępstwami o charakterze wojuskowym i międzynarodowym. W pierwszym odcinku zespół marynarki wojennej odnajdu-

je dwóch zaginionych lotników w Morzu Koralowym. Piloci twierdzą, że byli przetrzymywani przez filipińskich terrorystów, ale w końcu udało im się uciec z niewoli. Mackey (Olivia Swann) nie wierzy jednak w ich wersję wydarzeń. Niebawem ekipa wpada na trop przerażającego spisku. **EGP**

→ **AGENCI NCIS: SYDNEY 3**
WT 28.07 godz. 19.15 FX



Mackey czuje, że piloci kłamią.



NOWY SEZON

YELLOWSTONE

NEOWESTERN Praca na ranczu i spędzanie bydła to dla Kayce'ego (Luke Grimes) zupełnie nowe doświadczenie. Jednak młody Dutton szybko sprawdza się w trudnych sytuacjach, czym zdobywa uznanie ojca (Kevin Costner). Nie umyka to uwadze Ripa (Cole Hauser), którego boli, że jest pomijany przy podejmowaniu ważnych decyzjach. Tymczasem Beth (Kelly Reilly) pomaga ojcu w politycznej batalii przeciwko Jamiemu (Wes Bentley), wspierając w kampanii wyborczej na prokuratora generalnego Montany byłą miss. Z kolei Rainwater przedstawia radzie plemiennej swój ambitny plan budowy drugiego kasyna. Nie wszystkim pomysł przychodzi do gustu. **JP**

→ **YELLOWSTONE 2 ND 26.07 godz. 20.00**
METRO

VIGIL

SENSACYJNY Nadkomisarz Amy Silva (Surrane Jones) i sierżant Kirsten Longacre (Rose Leslie) znów w akcji! Tym razem czeka je wyjątkowo trudne śledztwo. Pokaz bojowych dronów na szkockim poligonie wymknął się spod kontroli, pozostawiając po sobie śmiertelne ofiary – zarówno Brytyjczyków, jak i delegatów z Wudyan, autorytarnej monarchii z Bliskiego Wschodu. Silva

i Longacre szybko wpadają na trop spisku, w którym maczał palce wicemarszałek Marcus Grainger, zarabiający krocie na sprzedaży dronów do kraju o wątpliwej reputacji. Dodajmy do tego gojeszcze szpiega, tajemnicze zaginięcie i morderstwo... **MAM**

→ **VIGIL 2 CZ 30.07 godz. 10.00**
ALE KINO+



DEWAJTIS

OD 1. ODCINKA

KOSTIUMOWY Powstanie styczniowe odmienia losy rodziny Czerwanów. Właściciel pałacu w Poświęciu, Kazimierz Orwid, rusza do walki, chcąc pomścić ojca poległego w zrywie listopadowym. Trafia jednak w ręce Rosjan i zostaje zesłany na Sybir. Opiekę nad majątkiem powierza przyjacielowi Pawłowi Czerwanowi, który przyrzeka strzec posiadłości do jego powrotu. Mija 25 lat, ale Orwid nie wraca. Paweł, przezuwając zbliżający się kres, przekazuje majątek ukochanemu synowi Markowi. Niemym świadkiem wydarzeń jest dąb Dewajtis. Klimat serialu budują malownicze plenery Suwał-

skiego Parku Krajobrazowego, skansenów i dworów. Dewajtis zagrał 400-letni Dąb Harcerski, rosnący w Zalesiu Górnym pod Warszawą. **MAM**

→ DEWAJTIS ND 26.07
godz. 23.10 TVP 1



Czy Poświęcie jest dla Marka ważniejsze od Marty (Ada Szczepaniak)?



Marek (Karol Dziuba) chce spełnić wolę ojca. Na zdj. z Tomaszem Saprykiem.



OD 1. ODCINKA

KAROL, WŁADCA HISZPANII

KOSTIUMOWY Historia życia i panowania Karoljednego z bardziej wpływowych władców XVI-wiecznej Europy. Kiedy umiera król Ferdynand, zgodnie z ostatnią wolą jego oraz jego żony Izabeli, ich wnuk Karol ma przejąć korony Kastylії i Aragonii. Syn Joanny, który wychował się we Flandrii i nigdy nie poznał ziemi swoich dziadków, wyrusza tam na prośbę kardynała

Cisnerosa, regenta Kastylії. Na miejscu spotyka swoje młodsze rodzeństwo. Okazuje się, że jego brat Ferdynand rości sobie prawo do tronu i ma swoich popleczników wśród możnych. Karol musi stanąć do walki o władzę. **EGP**

→ KAROL, WŁADCA HISZPANII ND 26.07
godz. 21.30 TVP KOBIEȦ



KOLUMBOWIE

WOJENNY Najpierw, w 1957 roku, ogromny sukces odniosła powieść Romana Bratnego „Kolumbowie. Rocznik 20”, opowiadająca o losach młodych żołnierzy Armii Krajowej. Dekadę później Janusz Morgenstern uznał, że dwie z trzech części książki idealnie nadają się do ekranizacji. Reżyser chciał, aby serial stał się hołdem dla wszystkich, którzy poświęcili życie dla oj-

czyzny. – Miałem poczucie, że robiąc ten film, spłacam dług – stwierdził Morgenstern. Główne role zagrali młodzi aktorzy, m.in. Jan Englert, Marek Perepeczko i Jerzy Małowski. Udział w tej produkcji nie tylko przyniósł im popularność, ale i otworzył drzwi do kariery. **HM**

→ KOLUMBOWIE WT 28.07
godz. 08.15 TVP 1



OD 1. ODCINKA

Marek Perepeczko wcielił się w Małego, Jan Englert zagrał Zygmunta, a Jerzy Małowski (w kółku) – Kolumba.

DUŻO ŚMIECHU

w koszalińskim amfiteatrze, plenerowa letnia zabawa z radiem i telewizją, najpiękniejsze kobiety z całego świata.

ROZRYWKAWKA



NA ŻYWO

31. FESTIWAL KABARETU W KOSZALINIE 2026

WIDOWISKO W ostatnią sobotę lipca Koszalin znów będzie rozbrzmiewać śmiechem i tryskać dobrą energią, stając się na kilka godzin stolicą polskiego kabaretu. Wystąpią formacje z całej Polski, m.in. Trzecia Strona Medalu, Zdolni i Skromni, Jurki, Rewers, debiutująca na koszalińskiej scenie Trupa Wysokiego Ryzyka z Michałem Paszczykiem (wcześniej Paraniennormalni) na czele, a tak-

że Koń Polski jako gospodarz wieczoru. Hasło tegorocznej zabawy brzmi krótko, ale i dosadnie – „Wariatkowo”, bowiem według kabareciarzy, do analizy tego, co się dzieje w polskiej i światowej polityce, najbardziej nadają się... psychiatrzy!

MP

→ 31. FESTIWAL KABARETU W KOSZALINIE 2026 SO 25.07 godz. 20.00 POLSAT



Gospodarzem koszalińskiego święta rozrywki jest kabaret Koń Polski.

NA ŻYWO

MISS SUPRANATIONAL 2026

WIDOWISKO Przed nami Festiwal Piękna 2026 w Nowym Sączu i wybory Miss Supranational! W piątek, 31 lipca, na scenie zobaczymy blisko 80 kandydatek z całego świata, wśród nich Miss Polski 2025 – Oliwię Mikulską. Dziewczyny zaprezentują się m.in. w strojach narodowych i w pokazach kolekcji mody. Zwyciężczynię konkursu wybierze profesjonalne jury. Na gali pojawi się Miss Supranational 2025 – Eduarda da Silva Braum (zdj.), która przekaże koronę swojej następczyni. Imprezę poprowadzą Ida Nowakowska i Fezile Mkhize. Nie zabraknie też muzycznych gwiazd – wystąpią m.in. Octavia i Alicja Szemplińska. MJ

→ MISS SUPRANATIONAL 2026 PT 31.07 godz. 19.55 POLSAT

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ

NA ŻYWO

KONCERT Od wczesnych godzin porannych nadwiślański Grudziądz będzie gościł Telewizję Polską, z ekipą „Pytania na śniadanie” na czele. Przygotowano wiele atrakcji, które bez wątpienia umilą czas zarówno mieszkańcom, jak i turystom. Kulminacją całego dnia będzie wielki koncert w ramach muzycznej trasy „Lata z Radiem i Telewizją Polską”. Na scenie

zbudowanej na Błoniach Nadwiślańskich wystąpi plejada gwiazd! Zobaczmy m.in.: Natalię Kukulską, Edytę Górniak, Annę Wyszkonii, Grzegorza Hyżego oraz zespoły: Pectus, Kobronockę, BEMY i Perfect z nowym wokalistą Łukaszem Drapałą. MJ

→ LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ SO 25.07 godz. 20.00 TVP 2



Na scenie pojawi się zespół Perfect z Łukaszem Drapałą.

Rewolucja

cenowa trwa! Każdego dnia



To się opłaca.

tanio

także bez promocji.



9,99

**Cena
regularna**

FLORALYS
Ręcznik papierowy
2-warstwowy, big size
1 rolka



13,99

**Cena
regularna**

FLORALYS
Papier toaletowy
3-warstwowy
10 rolek
1 rolka = 1,40

**Logo „Twoje niskie ceny” oznacza
nasze niskie ceny regularne.**

Na etykietach cenowych logo jest w kolorze czerwono-białym.

Lista produktów dostępna na www.lidl.pl/bezpromocji, w strefie kas
i u asystenta kas samoobsługowych. Więcej szczegółów na stronie internetowej.



NIEZWYKŁA PODRÓŻ do czasów erupcji Wezuwiusza, sekret ekspansji kwiatów, rzymska potęga w rozkwicie i upadku.

DOKUMENT
↑

Zobaczymy rekonstrukcję wydarzeń tuż przed tragedią.

PREMIERA

POMPEJE: PODRÓŻ W CZASIE Z TOMEM HIDDLESTONEM

W CIENIU WULKANU Erupcja Wezuwiusza w 79 roku n.e. na zawsze zmieniła los Pompejów. Miasto zniknęło pod warstwą popiołu i przez blisko dwa tysiące lat pozostawało niemym świadkiem jednej z największych katastrof starożytności. Czy ktoś z mieszkańców zorientował się odpowiednio wcześniej, co się dzieje, by mieć szansę na ucieczkę? Aktor Tom Hiddleston zabiera nas w niezwykłą podróż

do Cesarstwa Rzymskiego, łącząc najnowsze odkrycia archeologiczne z efektownymi rekonstrukcjami i historiami ludzi, którzy stanęli przed dramatycznymi wyborami. Dwa pierwsze odcinki serialu będzie można obejrzeć już 26 lipca, a trzeci 2 sierpnia.

MAM

→ **POMPEJE: PODRÓŻ W CZASIE...**
ND 26.07 godz. 21.00
NATIONAL GEOGRAPHIC

Tom Hiddleston rozmawia z archeologami, historykami i geologami.



PREMIERA

IMPERIUM RZYMSKIE...

WIELKA HISTORIA Fascynująca historia Rzymu – od narodzin republiki po jej upadek. W III wieku p.n.e. Rzym był młodą republiką pod rządami ambitnych rodów. Po podboju Italii stał się potęgą regionu, co doprowadziło do rywalizacji i wojen z Kartaginą. Zwycięstwa przyniosły mu bogactwo i dominację w basenie Morza Śródziemnego. Z czasem republika przekształciła się w cesarstwo, które podporządkowało sobie świat zachodni. Jednak wewnętrzne kryzysy, walki o władzę i najazdy barbarzyńców zakończyły jego ponad tysiącletnią historię. Pozostało po nim m.in. prawo rzymskie, architektura i osiągnięcia inżynieryjne.

MP

→ **IMPERIUM RZYMSKIE: POWSTANIE I UPADEK** **SO 25.07 godz. 21.00** **HISTORY**

PRZERAŻAJĄCA Tajemnica Kwiatów

POTĘGA NATURY Kwiaty to nie tylko ozdoba świata, ale też mistrzowie przetrwania. Z pozoru delikatne, w ciągu ponad 100 milionów lat oparowały niemal wszystkie środowiska lądowe i dziś stanowią około 90 proc. gatunków roślin. Karol Darwin określił „szybki rozwój roślin kwiatowych” mianem „odrażającej tajemnicy”. Sekret ich ekspansji tkwi w zdolnościach

do reagowania na bodźce i wykrywania dźwięków oraz współpracy z zapylaczami. To dzięki temu kwiaty tak szybko różnicują się i tworzą niezliczone formy oraz barwy, stając się jedną z najbardziej niezwykłych historii sukcesu w dziejach życia na Ziemi.

MP

→ **PRZERAŻAJĄCA Tajemnica Kwiatów** **WT 28.07 godz. 12.55** **TVP 1**





KOLAGENCITO

- wsparcie dla Twojego organizmu¹!

Wzbogać swój codzienny jadłospis w kolagen i witaminę C razem z KolagenCito

Poznaj KolagenCito – produkt wzbogacony w postaci pastylek do ssania. To prosty sposób na wzbogacenie codziennego jadłospisu o kolagen i witaminę C.

¹Witamina C pomaga w prawidłowej produkcji kolagenu w celu zapewnienia prawidłowego funkcjonowania kości,

chrząstki, ścięgna, skóry oraz naczyń krwionośnych. Dodatkowo witamina C pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego oraz w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym.

Wystarczy ssać do 3 pastylek dziennie! KolagenCito to opatentowany produkt niemieckiej marki Reutter, która od ponad 110 lat rozwija swoje doświadczenie w tworzeniu wysokiej jakości produktów.

DOBRY WYBÓR



Szukaj KolagenCito w aptekach i sklepach zielarskich.

Producent: Reutter GmbH Dystrybutor: P.P.H.U. IZAKPOL ul. Dąbrowskiego 5 96-300 Żyrardów, izakpol@go2.pl

TOBIAS BECH
bryluje na skrzydle
w ekipie mistrza Danii.

MIKAEL ISHAK
to najskuteczniejszy piłkarz
polskiego klubu w europejskich
pucharach.

PABLO RODRÍGUEZ
pełni ważną rolę
w ofensywnej
układance Nielsa
Frederiksena.

ELIMINACJE LIGI MISTRZÓW

LECH – AARHUS

PIŁKA NOŻNA Dotychczas wyłącznie Legia Warszawa oraz Widzew Łódź reprezentowali Polskę w najważniejszych klubowych rozgrywkach na Starym Kontynencie. Wydaje się, że po sześciu nieudanych bataliach o Ligę Mistrzów Kolejorz ma największą szansę od lat, żeby pójść śladem odwiecznych rywali z ekstraklasowych boisk i wreszcie zadebiutować w europejskiej elicie. Przed nim rewanżowe starcie z Aarhus GF w drugiej rundzie

eliminacji. Mistrz Danii to najmocniejszy przeciwnik, na jakiego KKS mógł trafić na tym etapie rywalizacji. Nie ulega jednak wątpliwości, że jest zespołem w zasięgu Lecha. W teorii dużo trudniejsze zadanie czeka Górnika Zabrze. Wicemistrzowie Polski o zachowanie szans na dostanie się do Champions League zawalczą przed własną publicznością z naszpikowanym gwiazdami Fenerbahce (SR godz. 20.00 Polsat Sport 1). Zarówno Poznań, jak i Zabrze muszą szybko

pogodzić grę na krajowym podwórku z występami w europejskich pucharach. Kilka dni przed swoimi rewanżowymi spotkaniami eliminacyjnymi przejdą chrzest bojowy w postaci inauguracyjnej kolejki Ekstraklasy. Lech stawi w niej czoło Cracovii (SO godz. 20.10 C+ Sport 3), natomiast Górnik – beniaminkowi Śląskowi Wrocław (SO godz. 17.25 C+ Sport 3).

→ **LECH POZNAŃ – AARHUS ŚR**
29.07 godz. 18.55 TVP SPORT

PRZED NAMI
m.in. decydujące
potyczki Lecha
i Górnika w drugiej
rundzie eliminacji
Ligi Mistrzów oraz
turniej finałowy
siatkarskiej Ligi
Narodów.



GRAND PRIX WĘGIER

FORMUŁA 1 Liczne i utrudniające wyprzedzanie zakręty czynią z toru Hungaroring jeden z najtrudniejszych przystanków w sezonie królowej sportów motorowych. Sympatią do węgierskiego obiektu nie pała np. Charles Leclerc. Przed rokiem Monakijczyk był o włos od tego, by po raz pierwszy w karierze znaleźć się na podium Grand Prix Węgier. Pech sprawił jednak, że mimo startu z pole position kierowca Ferrari ukończył wyścig na czwartym miejscu. Niedawny triumfator rundy w Wielkiej Brytanii powróci w okolice Budapesztu z mocnym postanowieniem poprawy.

→ **GRAND PRIX WĘGIER ND 26.07 godz. 14.55**
ELEVEN SPORTS 1

TURNIEJ W WASZYNGTONIE

TENIS W światowym tourze nie ma czasu na odpoczynek. Ledwo opadły emocje po Wimbledonie, a na horyzoncie mający startujący już 30 sierpnia US Open. Droga do Nowego Jorku i ostatniej wielkoszlemowej imprezy w sezonie wiedzie m.in. przez stolicę USA. O zawojowanie kortów William H.G. FitzGerald Tennis Center spróbuje pokusić się Kamil Majchrzak (w żeńskiej odsłonie zawodów wezmą udział Magda Linette i Magdalena Fręch, transmisje w C+ Sport 2). Tegoroczna edycja zmagania w Waszyngtonie będzie miała mocną obsadę. Do rywalizacji przystąpią choćby Felix Auger-Aliassime, Daniil Miedwediew czy Taylor Fritz. Nie zabraknie też broniącego tytułu Alexa de Minaura. Być może Majchrzak znów będzie miał okazję skonfrontować się z Australijczykiem, którego w połowie czerwca pokonał w finale Libéma Open.

→ **TURNIEJ ATP W WASZYNGTONIE PO**
27.07 godz. 17.00 POLSAT SPORT 1



KAMIL MAJCHRZAK
w połowie lipca
zajmował 66. miejsce
w rankingu ATP.

ĆWIERĆFINAŁY

SIATKÓWKA Hala Beilun Gymnasium w Ningbo jest szczęśliwa dla reprezentacji Polski. To w niej w ubiegłym sezonie Biało-Czerwoni zdobyli swój drugi złoty medal Ligi Narodów. W tym roku obiekt ten także będzie areną turnieju finałowego. W momencie powstawania tekstu podopieczni Nikoli Grbicia byli na dobrej drodze, by znaleźć się wśród ośmiu uczestników zawodów. Wszystko zależało od wyników ich meczów w Chicago, gdzie w dniach 15-19 lipca zagrali z Bułgarią, Francją, Brazylią i USA. Kibice liczą, że nasze Orły pomszczą swoje koleżanki po fachu, którym nie udało się awansować do finałów

LN. Przeszkodziła im w tym porażka z Japonią w ostatnim spotkaniu fazy interkontynentalnej (2:3). O miejsce na podium najmłodszych rozgrywek pod egidą FIVB zaważy również męska kadra Kraju Kwitnącej Wiśni. W tej edycji rozgrywek drużyna pod wodzą trenera Laurenta Tilliego pokonała już m.in. USA, Francję oraz naszą kadrę. W Ningbo stać ją na to, by tak samo dać się we znaki faworyzowanemu rywalom.

→ **ĆWIERĆFINAŁY ŚR 29.07, CZ 30.07 godz. 08.45, 13.15, POLSAT SPORT 1**

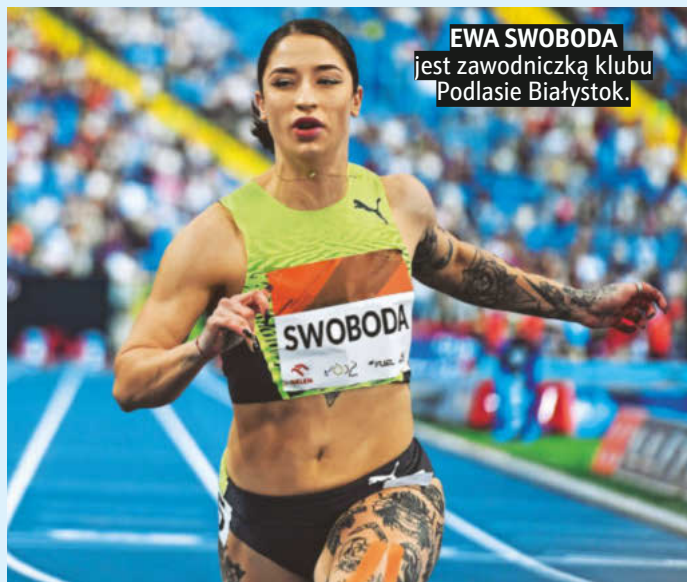
LIGA NARODÓW



RAN TAKAHASHI, jeden z filarów japońskiej kadry, będzie grał w LUK-u Lublin.

TOMASZ FORMAL rywalizuje o miejsce w wyjściowym składzie kadry m.in. z Kamilem Semeniukiem.

EWA SWOBODA jest zawodniczką klubu Podlasie Białystok.



MISTRZOSTWA POLSKI

LEKKOATLETYKA Krajowy czempionat w Białymstoku to dla niektórych lekkoatletów szansa, by rzutem na taśmę zapewnić sobie kwalifikację do sierpniowych mistrzostw Europy. Pewni wyjazdu do Birmingham sportowcy mogą zaś podbudować morale przed najważniejszą imprezą sezonu. O spełnienie minimum nie musi się martwić choćby Ewa Swoboda. Nasza najlepsza sprinterka da popis umiejętności już na starcie

zawodów. W kolejnych dniach (SO godz. 16.15, ND godz. 12.55 TVP Sport) kibice powinni zobaczyć w akcji m.in. oszczepniczkę Marię Andrejczyk, płotkarza Jakuba Szymańskiego, Natalię Bukowiecką, która rok temu zdobyła złoty medal w biegu na nietypowym dla siebie dystansie 200 metrów, oraz młociarza Wojciecha Nowickiego.

→ **MISTRZOSTWA POLSKI PT 24.07 godz. 17.30 TVP SPORT**

ELIMINACJE LK

PIŁKA NOŻNA Przerwę zimową w trakcie kampanii 2025/26 GKS Katowice spędzi w strefie spadkowej Ekstraklasy. Mało kto spodziewał się wówczas imponującego finisu sezonu w wykonaniu Trójkolorowych. Podopieczni Rafała Góraka zajęli ostatecznie piąte miejsce w tabeli, w dramatycznych okolicznościach wyprzedzając Legię Warszawa i Zagłębie Lubin. W nagrodę po raz

pierwszy od 23 lat powalczą o przepustkę na europejskie salony. Przed Gieksą rewanżowy mecz o awans do trzeciej rundy eliminacji Ligi Konferencji. Na Arenę Katowice zawita Hajduk Split lub MŚK Żilina. Taki sam cel przyświeca Rakowowi Częstochowa, który zagra na wyjeździe z Vallettą FC.

→ **ELIMINACJE LK CZ 30.07 godz. 20.25 TVP SPORT**



BARTOSZ NOWAK został wybrany MVP minionego sezonu Ekstraklasy.

TYDZIEŃ SPORTU NA ŻYWO

TRANSMISJE OD SOBOTY 25 DO PIĄTKU 31 LIPCA Zaplanuj z nami cały tydzień sportowych emocji!

PIŁKA NOŻNA		INNE DYSCYPLINY	
PKO BP EKSTRAKLASA		BOKS	
SO Jagiellonia – Korona		SO BKFC Fight Night:	
14.40 CANAL+ SPORT 3		Urugwaj	
SO Górnik Zabrze – Śląsk Wrocław		2.00 Waga lekka: Gaston Reyno	
17.25 CANAL+ SPORT 3		– Josh Krejci	
SO Lech Poznań – Cracovia		ND Gala w Nowym Jorku TVP SPORT	
20.10 CANAL+ SPORT 3		2.00 Waga półśrednia: Richardson	
ND Raków Częstochowa – Wisła Płock		Hitchins – Ricardo Adan Salas	
14.40 CANAL+ SPORT 3		Rodriguez, waga supersrednia:	
ND Widzew Łódź – Motor Lublin		Edgar Berlanga – Steven Butler	
17.25 CANAL+ PREMIUM;			
CANAL+ SPORT 3; TVP SPORT			
ND Wisła Kraków – GKS Katowice		DART	
20.10 CANAL+ SPORT 3		SO World Matchplay CANAL+ SPORT 5	
PO Zagłębie Lubin – Piast Gliwice		21.00 Półfinały	
18.55 CANAL+ SPORT 3; CANAL+ SPORT 5		ND Women's World	
PT Wisła Płock – Widzew Łódź		Matchplay	
17.55 CANAL+ SPORT 3		CANAL+ SPORT 5	
PT Motor Lublin – Jagiellonia Białystok		14.00 Finał	
20.25 CANAL+ SPORT; CANAL+ SPORT 3		ND World Matchplay CANAL+ SPORT 5	
		21.00 Finał	
BETCLIC 1. LIGA		FORMUŁA 1	
SO Lechia – Pogoń Grodzisk Maz.		SO Grand Prix	
15.25 TVP 3		Węgier	
ND Bruk-Bet Termalica Nieciecza		ELEVEN SPORTS 1	
– Ruch Chorzów		12.25 3. sesja treningowa	
14.25 TVP POLONIA		SO Grand Prix	
PO Miedź Legnica		Węgier	
– Podbeskidzie Bielsko-Biała		ELEVEN SPORTS 1	
18.55 TVP SPORT		15.55 Sesja kwalifikacyjna	
PT Lechia Gdańsk – Warta Poznań		ND Grand Prix	
20.25 TVP SPORT		Węgier	
		ELEVEN SPORTS 1	
		14.55 Wyścig	
			
BETCLIC 2. LIGA		FUTBOL AMERYKAŃSKI	
SO Podhale Nowy Targ – Śląsk II Wrocław		SO Europejska	
11.10 TVP SPORT		Liga Futbolu	
ND Chojniczanka Chojnice – GKS Tychy		POLSAT SPORT 3	
19.25 TVP 3		14.55 Mecze: Wrocław Panthers	
PT Znicz Pruszków – Legia II Warszawa		– Alpine Rams	
17.55 TVP SPORT			
SCOTTISH PREMIER LEAGUE		GOLF	
PT Dundee United FC – Rangers FC		SO 3M Open	
20.55 POLSAT SPORT 2		EUROSPORT 2	
		19.00 3. runda	
		ND 3M Open	
		EUROSPORT 2	
		19.00 Finał	
		CZ Rocket Classic	
		EUROSPORT 2	
		21.00 1. runda	
		PT Rocket Classic	
		EUROSPORT 2	
		21.00 2. runda	

SKOKI DO WODY

PT ME – Paryż 2026 TVP SPORT
14.25 Drużyny mieszane

SNOOKER

PO Shanghai Masters EUROSPORT 1
8.00 1. dzień

PO Shanghai Masters EUROSPORT 1
13.30 1. dzień

WT Shanghai Masters EUROSPORT 1
8.00 2. dzień

WT Shanghai Masters EUROSPORT 2
15.00 2. dzień

SR Shanghai Masters EUROSPORT 1
8.00 3. dzień

SR Shanghai Masters EUROSPORT 2
13.45 3. dzień

CZ Shanghai Masters EUROSPORT 1
8.00 Mecz ćwierćfinałowy

CZ Shanghai Masters EUROSPORT 2
13.30 Mecz ćwierćfinałowy

PT Shanghai Masters EUROSPORT 1
8.00 Mecz półfinałowy

PT Shanghai Masters EUROSPORT 2
13.30 Mecz półfinałowy

SPORTY WALKI

SO UFC Fight Night POLSAT SPORT 1
18.00 Walka: Magomed Ankalaev
– Bogdan Guskov

TENIS

SO ATP w Kitzbühel POLSAT SPORT 2
13.00 Mecz finałowy gry pojedynczej

SO WTA w Pradze CANAL+ SPORT 2
13.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

SO ATP w Estoril POLSAT SPORT 2
18.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

SO ATP w Estoril POLSAT SPORT 2
20.30 Mecz półfinałowy gry pojedynczej

ND WTA w Pradze CANAL+ SPORT 2
14.00 Mecz finałowy gry pojedynczej

ND ATP w Estoril POLSAT SPORT 2
18.30 Mecz finałowy gry pojedynczej

PO Turniej ATP
w Waszyngtonie POLSAT SPORT 1

17.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

Majchrzak HIT

PO Turniej WTA
w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2

17.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

Fręch, Linette

PO Turniej ATP
w Waszyngtonie POLSAT SPORT 1

21.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

PO Turniej WTA
w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2

21.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT Turniej ATP
w Waszyngtonie POLSAT SPORT 1

17.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

WT Turniej WTA
w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2

WT Turniej WTA
w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2

21.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

SR Turniej ATP
w Waszyngtonie POLSAT SPORT 1

17.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

SR Turniej WTA
w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2

17.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

SR Turniej ATP
w Waszyngtonie POLSAT SPORT 2

21.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

SR Turniej WTA
w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2

22.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej ATP
w Waszyngtonie POLSAT SPORT 1

17.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej WTA
w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2

19.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej ATP
w Waszyngtonie POLSAT SPORT 1

21.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej WTA
w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2

21.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

CZ Turniej ATP
w Waszyngtonie POLSAT SPORT 1

23.00 Mecz 2. rundy gry pojedynczej

PT Turniej ATP
w Waszyngtonie POLSAT SPORT 1

17.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT Turniej WTA
w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2

18.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT Turniej ATP
w Waszyngtonie POLSAT SPORT 1

19.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT Turniej WTA
w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2

20.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT Turniej ATP
w Waszyngtonie POLSAT SPORT 1

21.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT Turniej WTA
w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2

22.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT Turniej ATP
w Waszyngtonie POLSAT SPORT 1

23.00 Ćwierćfinał gry pojedynczej

PT Turniej WTA
w Waszyngtonie CANAL+ SPORT 2

0.30 Ćwierćfinał gry pojedynczej

ZUŻEL

SO Młodzieżowe indywidualne
mistrzostwa Polski

– Bydgoszcz 2026 TVP SPORT

20.05 Finał

ND Mecz towarzyski TVP SPORT

20.20 Polska – Australia

PT Metalkas

2. Ekstraliga CANAL+ SPORT 5

18.30 Mecz: Moonfin Malesa

Ostrów Wlkp. – Dakar

Development Stal Rzeszów

REKLAMA

WYDANIE SPECJALNE MAGAZYNU

„KOBIETA I ŻYCIE”

Z przepiśników naszych mam i babć

NOWOŚĆ!



AŻ 90 PRZEPISÓW NA:

- **DOMOWE ZUPY, MIĘSA, CIASTA NASZYCH CZYTELNICZEK**
- **KULINARNE HITY Z „KOBIEТЫ I ŻYCIA” SPRZED LAT**

Dostępne w dobrych punktach
sprzedaży prasy i na czytelnia.pl



SERIAL KRYMINALNY

OBSESJA

Agentka FBI Alice Black (Emmy Rossum) jest dokładna, ambitna i skoncentrowana na tym, by wymierzać sprawiedliwość. Zaczyna jednak wątpić we wszystko, w co do tej pory wierzyła, gdy rusza tropem seryjnej zabójczyny. Nieuchwytna kobieta, kierując się własną logiką i zasadami, których nie da się łatwo rozgryźć, z po-

wodzeniem wodzi służby za nos. Kiedy Alice zaczyna zbliżać się do ściganej, z zaskoczeniem odkrywa, że morderczyni, którą traktowała jak jedną z kolejnych psychopatek, ma swoje poczucie sprawiedliwości oraz kodeks, którym się kieruje.



→ PREMIERA 27.07



DRAMAT

DREAMS

Ona jest jedną z najbogatszych Amerek, on – nielegalnym imigrantem, meksykańskim tancerzem baletowym marzącym o życiu w Stanach i wielkiej karierze. Dzieli ich niemal wszystko, a jednak nie potrafią o sobie zapomnieć. Dla Jennifer McCarthy (Jessica Chastain) romans może oznaczać towarzyski skandal i utratę reputacji, dla Fernanda (Isaac Hernández) – przymusową deportację. Które z nich kieruje się w tej relacji sercem, a które wyrachowaniem, próbą zapewnienia sobie bezpiecznej przyszłości lub potrzebą chwilowego zapomnienia?



→ PREMIERA 28.07



SERIAL SF

STAR TREK: NIEZNANE NOWE ŚWIATY 4

Po tym gdy kapitan Marie Batel (Melanie Scrofano) poświęciła się, by powstrzymać rasę Vezda, zmieniając się na stałe w posąg Strażnika, Pike' (Anson Mount) próbuje poradzić sobie z bolesną stratą. Tuż przed transformacją Batel dała mu wprawdzie nadzieję na spokojną przyszłość, jednak odejście ukochanej jest dla Pike'a wyjątkowo dotkliwe. Wsparciem oka-

że się przyjaźń z Kirkiem (Paul Wesley), przypiętowana rozgrywką w szachy. Niestety, członków załogi statku Enterprise, w obliczu coraz większych napięć i różnic zdań co do eksploracji niezbadanych dotąd sektorów kosmosu, czekają wkrótce trudne wybory...



→ PREMIERA 24.07



KOMEDIA

DIABEŁ UBIERA SIĘ U PRADY 2

Czas na powrót jednej z najbardziej złośliwych szefowych świata mody. Wszystkie drogi znów prowadzą do... Mirandy Priestly (Meryl Streep). Andy Sachs (Anne Hathaway), która przed 20 laty była asystentką Mirandy, obecnie jest nową redaktorką działu artykułów w „Runway”. I nadal jest przez nią ignorowana. Ale kiedy zmiany na rynku medialnym sprawiają, że niegdyś prestiżowe czasopismo popada w kłopoty, Andy nawiązuje kontakt z pewną luksusową marką. Jak się okazuje, szefuje jej również dawna asystentka Mirandy, Emily Charlton (Emily Blunt).



→ PREMIERA 29.07



SERIAL ANIMOWANY

BATMAN: MRO CZNY MŚCICIEL 2

Bruce Wayne vel Batman bierze na cel skorpumpowanego detektywa Hassa, który próbował zabić Barbarę Gordon i ostatecznie ugodził oślanającego ją prokuratora Denta. Tymczasem w Gotham pojawił się również Joker. Wstrzykując ludziom truciznę, która pozostawia na ich twarzach makabryczny, „wieczny” uśmiech, psychopata się w mieście strach i chaos. W nowym sezonie Wayne będzie musiał zmierzyć się nie tylko z Jokerem i Hassem, ale również z nowymi złoczyńcami – wśród nich znajdują się m.in. Edward Nygma, czyli Człowiek Zagadka, i Szalony Kapelusznik.



→ PREMIERA 31.07

SERIAL CYBERTHRILLER

THE UNDECLARED WAR 2

Grupie analityków z brytyjskiej agencji wywiadowczej GCHQ, zajmującej się cyberochroną, wydaje się, że odzyskali kontrolę nad sytuacją i zneutralizowali zagrożenie. Szybko jednak wychodzi na jaw, że w ich szeregach działa kret. Z czasem zdrajca coraz skuteczniej paraliżuje pracę ośrodka w Cheltenham, co naraża agencję na niebezpieczeństwo ze strony Rosji. Tymczasem w zespole pojawia się Barbara Patrick (Siân Brooke), żona dyrektora operacyjnego Danny'ego (Simon Pegg). Była agentka MI6 decyduje się przejść do GCHQ i zacząć pracę jako analityk.

sky  → PREMIERA 23.07

HORROR

USTA DIABŁA

Charlie (Kathryn Newton) wraz z grupą przyjaciół spędza wakacje w Tajlandii. Jednak beztrojska przygoda szybko zamienia się w koszmar. Podczas eksploracji podwodnych jaskiń, zwanych Ustami Diabła, młodzi ludzie nagle orientują się, że znaleźli się w potrzasku. Okazuje się, że jedynego wyjścia z systemu jaskiń pilnuje żarłacz tępogłowy. Każdy z uczestników wyprawy musi zdecydować, na ile jest gotowy ratować nie tylko siebie, ale i pozostałych. Jedyną szansą na ucieczkę ze śmiertelnej pułapki jest odłożenie na bok wszelkich konfliktów i współpraca.

prime video  → PREMIERA 29.07

SERIAL DRAMATYCZNY

CHŁOPAK Z OSTATNIEGO RZĘDU

Heo Mun-oh (Choi Min-sik), zręczny profesor literatury koreańskiej i niespełniony pisarz, nie potrafi pogodzić się z zawodową porażką. Wszystko zmienia się w chwili, gdy odkrywa wybitny talent jednego ze swoich studentów. Siedzący w ostatnim rządzie Lee Kang (Choi Hyun-wook) nie udziela się na zajęciach i unika kontaktów z rówieśnikami i wykładowcą. Ma jednak lekkie pióro, którego mogliby pozazdrościć mu autorzy bestsellerów. Budzi to w profesorze uśpio- ne ambicje. Z czasem jego fascynacja talentem studenta zaczyna wymykać się spod kontroli.

NETFLIX → JUŻ DOSTĘPNY

PRZYGODOWY SF

PROJEKT HAIL MARY

Kiedy nauczyciel przedmiotów ścisłych, Ryland Grace (Ryan Gosling), budzi się na statku kosmicznym, nie pamięta, kim jest ani jak się tam znalazł. Z czasem uzmysławia sobie, że powierzono mu misję pozornie niemożliwą do wykonania – ma ocalić Ziemię przed zagładą spowodowaną tajemniczą substancją, która powoli wygasa Słońce. Przekonany, że może liczyć tylko na siebie, Grace niespodziewanie odkrywa na statku niezwykłego sojusznika, który służy mu wsparciem i wskazówkami. Film jest widowiskową ekranizacją bestsellerowej powieści Andy'ego Weira.

prime video  → JUŻ DOSTĘPNY



SERIAL DOKUMENTALNY

NAJGORSI SĄSIEDZI

Walenie i kopanie w drzwi każdej nocy, bieganie nago po trawniku przed domem, śledzenie, zastraszanie bronią, psucie zamków w samochodzie i porywanie pupili – brzmi jak porachunki gangów, a tymczasem to zachowanie złośliwych sąsiadów. Bohaterowie nowego serialu dokumentalnego dzielą się kosztownymi doświadczeniami, jakie zafundowali im ludzie mieszkający obok. Szokujące nagrania i animowane rekonstrukcje pokazują, że nie wystarczy zamieszkać w pozornie spokojnej dzielnicy i płacić duży czynsz, żeby czuć się bezpiecznie we własnym domu.

NETFLIX → JUŻ DOSTĘPNY



CHCESZ
WIEDZIEĆ
WIĘCEJ?
CZYTAJ
NETFILM





20.15
TVN → **Juliusz orientuje się, że mężczyzna, w którym zadurzyła się Agierowa, jest oszustem. Postanawia go zdemaskować.**

Na Wspólnej

OBYCZAJOWY PO Basia podejrzewa Krzysztofa o zdradę i wypytuje o wyjazd do Poznania. On próbuje załagodzić sytuację. Marcelina prosi męża o pieniądze na dokończenie artykułu. **WT** Juliusz odkrywa, że Agier odwiedza Janusza, mężczyznę rzekomo poznanego przez nią w internecie. Ten zdradza Szulcowi, że tylko udaje nieprzytomnego. **SR** Smolny wyznaje prawdę o handlu fałszywymi dyplomami i ujawnia, że w proceder zamieszany jest były mąż Basi. **CZ** Juliusz demaskuje Janusza, sprowadzając do szpitala jego żonę. Krystyna przekonuje się, że padła ofiarą oszusta.

HD POLSKA 2026 ▶ 35 min



16.50
TVN **Szpital św. Anny**
OBYCZAJOWY

PO Robson wbrew zaleceniom ćwiczy na siłowni. Kaja wraz z przyjaciółkami relaksuje się w domku pod Krakowem. Nagle znika Marta. **WT** Na oddziale jest nastolatka z zaburzeniami widzenia. Podopieczna Kasi wymaga konsultacji neurologa. Pojawia się nowa pielęgniarka. **SR** Bartek sprzedaje dom bez wiedzy żony. Żyta opiekuje się pacjentem z podejrzeniem raka, który spotyka syna po latach rozłąki. **CZ** Tomek wierzy, że trafił na ślad Marty, jednak bez dowodów nie może przekonać policji. **PT** Na oddział pediatriczny trafia 9-latek z tiki. Do szpitala policja przywozi więźniarkę. To matka pacjentki.

HD POLSKA 2026 ▶ 65 min



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

PO 15-letni Adaś regularnie jest upokarzany przez Jessikę. Pedagog informuje jego matkę, że chłopak zaczął opuszczać lekcje. **WT** Beata oznajmia Kazimierzowi, że muszą udać się na oględziny apartamentu. Nano mówi Tankowi, żeby uważał na Natalię. **SR** Sandra pada ofiarą kradzieży. Wraz z Andżeliką rusza w pogoń za złodziejem. Okazuje się, że jest nim jej kolega ze szkoły. **CZ** Igor potrąca młodą piosenkarkę Mellę i próbuje ją reanimować. Gapie uznają go za narkomana. **PT** Chory na raka płuc Maciek i jego żona spodziewają się dziecka. Uważa on, że onkolog zignorował dolegliwości.

HD POLSKA 2026 ▶ 60 min

FAŁSZYWY ROMANS

Kiedy Basia posądza partnera o zdradę, ten nie ma wyjścia i mówi jej o interesach byłego męża.



8.50
TVP 1 **Ranczo 7**
OBYCZAJOWY

SO, PO-PT Po wyjściu z więzienia Lucy podejmuje ważne decyzje. Urzędnicy organizują strajk. Duda odrzuca Klaudię i wybiera związek z Jagną. Porzuciona dziewczyna postanawia się zemścić. Kozioł i Czerepach stają przed problemem braku kobiet w swojej partii.

HD POLSKA 2014 ▶ 55 min



9.45
TVP 1 **Komisarz Alex 22**
KRYMINALNY

SO, PO-PT Komisarz Dobosz spotyka się z pewnym mężczyzną. Po kilku godzinach policjanci znajdują ją półprzytomną. Obok leżą zwłoki jej towarzysza, którego zastrzelono z broni funkcjonariuszki. Kozera uważa, że Zofia została przez kogoś wrobiona.

HD POLSKA 2024 ▶ 55 min



19.25
TVP 2 **Rodzinka.pl**
KOMEDIOWY

SO, PT Tomek próbuje odnaleźć się w roli stanowczego ojca. Jego wysiłki komplikuje postawa Beaty. Natalia opiekuje się Marysią, która ma złamane serce. Ludwik musi stawić czoła pokusom. Między Tomkiem a Kubą narasta napięcie. Dochodzi do awantury.

HD POLSKA 2026 ▶ 35 min



20.25
TVP 1 **Gra z Cieniem**
KRYMINALNY

SO, ND Syn Heleny wraca ze szkoły i znajduje martwą babcię. Prerażony perspektywą zamieszkania u nielubianych sąsiadów postanawia uciec. Tomasz rusza na poszukiwania chłopca. Kosek zabiega o względy Niny. Przekazuje jej łódzki adres Bielawskiej.

HD POLSKA 2024 ▶ 55 min

NIE PRZEGAP!



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

W Queenstown dochodzi do zbrodni, której tłem są zazdrość, namiętność i ambicje. Anais i Simon rozpoczynają śledztwo, a tropy wiodą do wpływowych mieszkańców miasta.

HD NOWA ZELANDIA 2024 ▶ 115 min



22.00
AXN **FBI: Most Wanted 4**
KRYMINALNY PO

Zespół jedzie do Wyoming po zaginięciu agentów, którzy mieli zająć bydło ranczera Willa zalegającego z opłatami. Sytuacja się zaognia. Farmę otaczają FBI i Gwardia Narodowa.

HD USA 2022 ▶ 60 min



20.00
HBO **The Pitt 2**
OBYCZAJOWY

WT Javadi zajmuje się zakonnicą Grace. Diagnozuje zakażenie bakterijne. McKay ratuje pacjenta, który zachłysnął się jedzeniem. Whitaker przydziela Ogilvie'ego i Kwon do Louiego.

HD USA 2026 ▶ 50 min



21.00
C+ PREMIUM **The Walking Dead: Dead City 3**
SERIAL GROZY PT

Maggie i Negan znów muszą zjednoczyć siły, by przetrwać w apokaliptycznej rzeczywistości Nowego Jorku. W sercu zrujnowanego Manhattanu tworzą nową społeczność.

HD USA 2026 ▶ 50 min



19.00 **Policjantki i Policjanci** TV 4

OBYDZAJOWY PO Lena i Tymon dostają zgłoszenie o próbie zabójstwa seniorki. Podejrzenia padają na księdza cyhającego na działkę ofiary. **WT** W nocy u Klaudivszu zjawia się ranna kobieta. Marek i Daria próbują ustalić jej tożsamość, ponieważ straciła pamięć. **SR** Mikołaj i Miłosz wiozą Lunę do weterynarza. Pies natrafia na nieprzytomną kobietę. W jej domu znajdują niemowlę i narkotyki. **CZ** Lena i Bartosz wyjaśniają sprawę pobicia mężczyzny w środowisku mechników. **PT** Marek i Daria jadą na interwencję do Henryka, sąsiada oficera dyżurnego. Policjanci zauważają ślady szarpaniny.

HD POLSKA 2026 ▶ 60 min



19.25 **Barwy szczęścia** TVP 2 **OBYDZAJOWY**

PO Karolina organizuje w hotelu pokaz sukni ślubnych. Na wybiegu pojawia się Regina, czym wprawia Justina w spore zakłopotanie. **WT** Związek Marcina i Renaty przechodzi kryzys. Justin po spotkaniu z Reginą podejrzewa, że Karolina przygotowuje kolejną intrygę. **SR** Łukasz spędza z Celiną mikołajki. Nastroj psuje Ksawery, rozżalony z powodu romantycznego wyjazdu Kasi i Mariusza. **CZ** Natalia proponuje Jaworskiemu odkupienie mieszkania, które dotąd wynajmował on lokatorom. **PT** Łukasz próbuje porozmawiać z Ksawerem o e-papierosie znalezionym w mieszkaniu Kasi. Chłopak się wypiera.

HD POLSKA 2026 ▶ 40 min



20.00 **Uroczysko** TV 4 **KRYMINALNY**

PO Po nagłej śmierci 40-letniego Patryka podczas treningu w Akademii Odporności sierżant Kulig wzywa policjantów z Uroczyska. Filip podejrzewa, że doszło do zbrodni. **WT** Partnerka znajduje ciało Krzysztofa, któremu zadano cios w serce. Filip i Olek rozpoczynają śledztwo. Jeden z tropów prowadzi do pracownicy seksualnej. **SR** Zuza z Agatą przyjmują nietypowe zgłoszenie. Na komendę przychodzi roztrzęsiona starsza pani, która boi się o swoje życie. **CZ** Włodzimierz zostaje zastrzelony we własnej restauracji. Do akcji wkraczają śledczy i... przystojny barman, aspirant sztabowy Dylan Wiśniewski.

HD POLSKA 2026 ▶ 60 min



21.50 **Na sygnale** TVP 2 **FABULAR.-DOKUM.**

PO Zespół Anny jedzie na siłownię, gdzie doszło do groźnego wypadku. Jeden z ćwiczących został przygnieciony sztangą i doznał m.in. naderwania mięśnia sercowego. Wiktor i Benio ruszają do Czech. **WT** Banach spotyka Milenę, z którą Czarek widywał się przed wyjazdem do Amsterdamu. Odkrywa, że jest ona w ciąży. Podczas dyżuru ekipa Wiktora odpowiada na skomplikowane wezwania. **SR** Ratownicy ustalają, że Miłosz wciąż przebywa w więzieniu, jednak decydują się z nim spotkać. Zgadza się on na widzenie jedynie z Martyną i Basią. Piotr i Alek udają się do zgłoszenia z ryzykiem wybuchu.

HD POLSKA 2026 ▶ 70 min



14.00 **Splątane losy** TVP 1 **OBYDZAJOWY**

PO-PT Zgodnie z obietnicą złożoną Yasemin Mine wciąż twierdzi, że siostra nosi imię Suna. Pinar stara się zdobyć więcej informacji, ale dziewczynka milczy. Burak wyjawia ojcu jej prawdziwe imię. Leman nie potrafi jednak dotrzymać tajemnicy.

HD TURCJA 2024 ▶ 60 min



20.30 **07 zgłoś się** TVP 1 **KRYMINALNY**

PO-SR Milicja tropi szantażystę żądającego 300 tysięcy złotych od reżysera Suheckiego. Porucznik Borewicz prowadzi śledztwo. Usiłuje również rozwiązać zagadkę śmierci Kasi Jańczak, która została zamordowana wieczorem w drodze z pracy do domu.

HD POLSKA 1978 ▶ 60 min



21.00 **Sprawiedliwi. Trójiasto** TV 4

KRYMINALNY PO-CZ W przemysłowej chlewni załoga znajduje zmasakrowane szczątki urzędnika. Patrycja i Maksym rozwiązują też sprawę zabójstwa 20-letniego Pawła Lebiody, syna lidera kibiców z Gdyni. Ślady wskazują na stadionowe porachunki.

HD POLSKA 2026 ▶ 60 min



22.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny** TV 4

KRYMINALNY PO-CZ Mikołaj trafia do szpitala po przedawkowaniu leków. W jego mieszkaniu Izabela i Barbara znajdują hurtowe ilości specyfików i cenny trop. Dagmara i Michał prowadzą dochodzenie w sprawie zabójstwa Kamila Wilka, operatora dronów.

HD POLSKA 2026 ▶ 60 min



22.00 **Matlock** FX **KRYMINALNY**

SR Olympia konfrontuje się z Matty. Jest zmęczona kłamstwami. Ciężarna klientka prawniczki błaga o rozwód z agresywnym mężem. Nie ma jednak wystarczających podstaw.

USA 2024 ▶ 55 min



20.30 **Ojciec Mateusz 33** TVP 1 **KRYMINALNY**

CZ, PT Natalia dostaje niewielką rolę w serialu „Detektyw bez teki”. Niebawem scenarzysta zostaje znaleziony martwy w hotelu. Policja rozwiązuje również zagadkę śmierci pokerzysty.

HD POLSKA 2025 ▶ 55 min



22.25 **Czas honoru. Powstanie** TVP 2

WOJENNY CZ Ostatnie dni lipca 1944 roku. Władek i Broniek mają odebrać kuriera z Londynu z ważnymi informacjami dla podziemia. Lena wychodzi z Pawiaka. Janek po raz pierwszy widzi syna.

HD POLSKA 2014 ▶ 110 min



21.25 **Drelich** TVP 1 **KRYMINALNY**

PT Natan zagraża Izie i dzieciom. Drelich walczy z czasem, żeby ochronić rodzinę. Nie ustaje także w poszukiwaniu odpowiedzi na pytanie, kto go wrabia. Z pomocą Ady odkrywa kolejne tropy.

HD POLSKA 2025 ▶ 60 min

Warto zobaczyć

13.20
TV 4 **Podróże Guliwera**
KOMEDIA PRZYGODOWA Sfrustrowany goniec nowojorskiej gazety trafia na niezwykłą wyspę. Może pomóc jej miniaturowym mieszkańcom. Reż.: Rob Letterman, A: Jack Black, Jason Segel, Emily Blunt USA 2010 **100 min ► do godz. 15.00**

14.10
TVN **Happy Feet: Tupot małych stóp 2**
ANIMOWANY Mambo jest stepującym pingwinem. Jego syn marzy o lataniu. Nie podziela pasji ojca. Oddala się od niego. Reż.: George Miller, Gary Eck, D: Bartosz Obuchowicz Australia 2011 **130 min ► do godz. 16.20**

15.10
TVN FABUŁA **Liga Sprawiedliwości**
PRZYGODOWY Ziemi zagraża armia dowodzona przez Steppenwolfa. Batman i Wonder Woman wraz z potężnymi sojusznikami stają do walki. Reż.: Zack Snyder, A: Ben Affleck, Henry Cavill, Amy Adams USA/Kan. 2017 **155 min ► do godz. 17.45**

16.40
POLSAT **Legenda Herkulesa**
PRZYGODOWY Potomek władcy Olimpu trafia na arenę jako gladiator. Ujawnia nadludzka moc i poznaje prawdę o swoim przeznaczeniu. Reż.: Renny Harlin, A: Kellan Lutz, Gaia Weiss, Scott Adkins USA 2014 **130 min ► do godz. 18.50**

17.30
FILMBOX+ ONE **Zaginione miasto Z**
BIOGRAFICZNY Początek XX wieku. Płk Fawcett chce udowodnić, że nad Amazonką istniała zaawansowana społeczność. Rusza w głąb dżungli. Reż.: James Gray, A: Charlie Hunnam, Robert Pattinson, Sienna Miller USA 2016 **150 min ► do godz. 20.00**

18.05
TVP KULTURA **Jutrzenka**
OBYČAJOWY Sandro zabija człowieka, którego obwinia o śmierć żony. Schronienia udziela mu przyjaciel, który staje się głównym podejrzanym. Reż.: Luis Bunuel, A: Georges Marchal, Lucia Bosé, Giani Esposito Fr./Wł. 1955 **115 min ► do godz. 20.00**

20.00
HBO **No hej!**
KOMEDIA Iris postanawia zrobić wszystko, aby przekonać swojego chłopaka do stałego związku. Wciąga przyjaciół w intrygę. Reż.: Sophie Brooks, A: Molly Gordon, Logan Lerman, John Reynolds USA 2025 **95 min ► do godz. 21.35**

20.00
STOPKlatka **Kult**
THRILLER Mieszkańcy odizolowanej wyspy praktykują okultystyczne rytuały. Funkcjonariusz Edward Malus sądzi, że dopuścili się zbrodni. Reż.: Neil LaBute, A: Nicolas Cage, Ellen Burstyn, Kate Beahan Niem./USA 2006 **125 min ► do godz. 22.05**

→ filmowe hity



Dwaj szeregowcy biorą udział w straceńczej misji. Mogą ocalić towarzyszy broni.

21.20 **1917**

TVP 1 **WOJENNY** Angielscy żołnierze mają przekazać wiadomość o podstępym planie wroga.

HIT DNIA I wojna światowa. Generał Erinmore powierza Williamowi Schofieldowi oraz Thomasowi Blake'owi zadanie poinformowania pułkownika Mackenzie o zastawionej pułapce. Mają oni przekazać, że konieczne jest odwołanie zaplanowanego ataku. Szeregowcy muszą przedostać się za linię

wroga przez ziemię niczyją. W trakcie wyprawy pomagają niemieckiemu pilotowi opuścić płonący wrak. Decyzja ta ma fatalne skutki – ocalony lotnik śmiertelnie rani Blake'a. Jego towarzysz kontynuuje misję, chociaż sam odniósł poważne obrażenia wskutek wybuchu. Pragnie jednak wypełnić obiet-

nicę. Po drodze dociera do zniszczonego francuskiego miasteczka. Obserwuje ludzi desperacko usiłujących przetrwać w ruinach. Unikając kul, stara się przedostać do okopów dowództwa. **HD 125 min ► do godz. 23.25**

USA/Wlk. Bryt./Hiszp./Kan./Chiny 2019
Reż.: Sam Mendes Wyst.: Dean-Charles Chapman, George MacKay, Colin Firth



20.00
TVN **Dwoje do poprawki**
KOMEDIA ROMANTYCZNA

Kay (Meryl Streep) i Arnold (Tommy Lee Jones) są parą z 30-letnim stażem. W ich związku od dawna brakuje pożądania. Kobieta namawia męża na udział w terapii.

Reż.: David Frankel Wyst.: Steve Carell USA 2012 **HD 135 min ► do godz. 22.15**



22.15
TVP KULTURA **Bohater**
OBYČAJOWY Rahim Sol-

tani (Amir Jadidi) wychodzi na przepustkę z więzienia. Oddaje zgubioną torbę z pieniędzmi właścicielce i zyskuje rozgłos jako bohater. Początkowo podziw szybko przeradza się we wrogość.

Reż.: Asghar Farhadi Wyst.: Sahar Goldoust Francja 2021 **HD 140 min ► do godz. 0.35**



20.00
TVN 7 **Niebezpieczny**
THRILLER Zresocjalizowany skazaniec Dylan (Scott

Eastwood) jest pod opieką psychiatry Alderwooda (Mel Gibson). Gdy dowiaduje się o śmierci brata, łamie zasady zwolnienia warunkowego, by wyjaśnić sprawę.

Reż.: David Hackl Wyst.: Kevin Durand USA 2021 **HD 135 min ► do godz. 22.15**



22.30
TVP PULS **Przetrwać do świtu**
SENSACYJNY Bandyci włamu-

ją się do domu chirurga Richa (Chad Michael Murray). Żądają pomocy, grożąc śmiercią jego rodziny. Lekarz wraz z ojcem (Bruce Willis) próbuje ich przechrzyć.

Reż.: Matt Eskandari Wyst.: Shea Buckner USA 2020 **HD 100 min ► do godz. 0.10**



20.00
TV PULS **Umysł przestępcy**
KRYMINALNY Agent CIA

ginie w trakcie tropienia hakera. Przeżeni funkcjonariusza decydują się przeszczepić jego pamięć, psychikę oraz umiejętności groźnemu skazańcowi (Kevin Costner), żeby dokończył misję.

Reż.: Ariel Vromen Wyst.: Tommy Lee Jones USA 2016 **HD 150 min ► do godz. 23.30**



23.05
TVP 2 **Tulipanowa gorączka**
KOSTIUMOWY XVII wiek.

Sophie (Alicia Vikander) zostaje zmuszona do ślubu ze starszym kupcem (Christoph Waltz). Nawiązuje romans z malarzem, u którego jej mąż zamówił portret.

Reż.: Justin Chadwick Wyst.: Dane DeHaan USA 2017 **HD 115 min ► do godz. 1.00**

→ filmowe hity



Odnosząca liczne sukcesy Aline znajduje miłość u boku menedżera.

22.15 Aline. Głos miłości

TVN

BIOGRAFICZNY Uzdolniona wokalistka realizuje marzenie o karierze. Historia inspirowana biografią Céline Dion.

HIT DNIA

Quebec, lata 60. XX wieku. Sylvette i Anglomard Dieu witają na świecie czternaste dziecko, Aline. Chociaż żyją skromnie i ciężko pracują, w ich rodzinie muzyka jest najważniejsza. Najmłodsza córka wykazuje nieprzeciętny talent. Jej ogromny potencjał docenia producent Guy-Claude Kamar. Zachwycony,

chce sprawić, aby o dziewczynie usłyszał cały świat. Dzięki niemu wokalistka ma szansę zaistnieć na scenie. Z czasem zaczyna ich łączyć szczere uczucie. Artystka rozkwita, odnosząc imponujące sukcesy. **HD 150 min ► do godz. 0.45**

Franca/Kanada/Belgia 2020 Reż.: Valérie Lemerrier WYST.: Valérie Lemerrier, Sylvain Marcel, Danielle Fichaud, Roc LaFortune



→ P!

21.00 Dalej jazda! 2

OBYCZAJOWY Cierpiąca na alzheimera Ela (Małgorzata Rożniatowska) jest przekonana, że Józek się jej oświadczył. Przed laty wzięła z nim ślub cywilny, a teraz zaczyna planować ceremonię przed ołtarzem.

Reż.: Mariusz Kuczewski WYST.: Marian Opania Polska 2025 **HD 105 min ► do godz. 22.45**



23.30 Szybcy i wściekli 9

SENSACYJNY Dominic Toretto (Vin Diesel) wiezie spokojne życie u boku Letty (Michelle Rodriguez) i syna. Dowiaduje się o porwaniu Cipher. Podczas jej poszukiwań miłośnicy szybkich aut trafiają na ślad nowoczesnej broni.

Reż.: Justin Lin WYST.: Jordana Brewster Kan./USA 2021 **HD 195 min ► do godz. 2.45**



22.15 Ostatni samuraj
KOSTIUMOWY Rok 1876. Amerykański kapitan Nathan Algren (Tom Cruise) szkoli w Japonii armię cesarza, która ma zdusić rebelię samurajów. Trafia do niewoli. W obozie wroga znajduje wartości, których zawsze szukał.

Reż.: Edward Zwick WYST.: Ken Watanabe USA/Jap. 2003 **HD 195 min ► do godz. 1.30**



23.35 W otchłani
THRILLER Marco (Dolph Lundgren) i Scott (Jean-Claude Van Damme) odzyskują przytomność na okręcie podwodnym wyposażonym w głowice nuklearne. Muszą dowiedzieć się, kto i dlaczego ich uwięził.

Reż.: Pasha Patriki WYST.: Al Sapienza USA/Kan. 2018 **HD 110 min ► do godz. 1.25**

→ sport



14.40 Jagiellonia – Korona

PIĘKA NOŻNA LIVE Duma Podlasia, trzecia siła Ekstraklasy, rozpocznie sezon od konfrontacji z jedenastym zespołem poprzedniej kampanii. Dla ekipy z Białegostoku to jedna z najważniejszych prób przed startem eliminacji Ligi Europy. **HD 135 min ► do godz. 16.55**



16.15 Mistrzostwa Polski – Białystok

LEKKOATLETYKA LIVE Drugiego dnia czempionatu zostaną wyłonione m.in. mistrzyni w biegu na 400 m, a także najlepsza młociarka. W tej pierwszej konkurencji tytuł spróbuje odzyskać Natalia Bukowiecka. **HD 230 min ► do godz. 20.05**



18.00 UFC Fight Night

SPORTY WALKI LIVE Na gali w Abu Zabi debiut w UFC zaliczył niepokonany w zawodowej karierze Damian Rzepecki. Jego rywalem będzie Magomed Zajnutukow. W walce wieczoru zmierzą się Bogdan Guskow i Magomed Ankalajew. **HD 180 min ► do godz. 21.00**



20.05 Młodzieżowe indywidualne mistrzostwa Polski

ŻUŻEL LIVE Na torze w Bydgoszczy o tytuł mistrzowski zawalczy szesnastu żużlowców. W tym gronie znajdują się m.in. najlepszy w ubiegłym roku Wiktor Przyjemski, a także Oskar Paluch. **HD 175 min ► do godz. 23.00**

→ rozrywka



14.45 Okrasa łamie przepisy

KULINARNY Kucharz zademonstruje trzy potrawy, w których można wykorzystać jagody. Przedstawi przepisy na słodkie wypieki, sałatkę z pieczonych buraków z salsą i wędzonym łososem oraz zupę na słońcu z ziemniakami. **HD 35 min ► do godz. 15.20**



16.05 Świat w obłokach

KONCERT Wydarzenie poświęcone twórczości Marka Grechuty. Wystąpili m.in. Katarzyna Zielińska, Krzysztof Kiljański, Natalia Przybysz, Maciej Zakościelny, Andrzej Kozłowski, Sonia Bohosiewicz, Mela Koteluk oraz Mietek Szcześniak. **55 min ► do godz. 17.00**



21.00 Design w australijskim stylu

LIFESTYLE Georgia Ezra i Richie Morris przybywają na wybrzeże, aby pomóc pewnej parze w realizacji ambitnego planu. Uczestnicy programu kupili dom z potencjałem, ale wymaga on remontu. **HD 60 min ► do godz. 22.00**



→ dokument

10.00 Świat z góry. Pociąg
TURYSTYKA Wyprawa kolejną wąskotorową przez malowniczy region Eryri w Walii. Trasa wiedzie z nadmorskiego Porthmadog do dawnych kopalni w Blaenau Ffestiniog. **HD 60 min ► do godz. 11.00**

TVP 1	TVP 1	HD DVBT2	TVP 2	TVP 2	HD DVBT2	polsat	POLSAT HD DVBT2	tvn	TVN	HD DVBT2	
5.20	Loara, dzika kraina	– film dokumentalny, Francja 2021	5.20	Barwy szczęścia	(3357, 3358) – serial obyczajowy, Polska 2026	4.55	Disco Gramy	5.40	Uwaga!	– magazyn reporterów	
6.20	Balans bieli	– program religijny	6.30	M jak miłość	(1923) – serial obyczajowy, Polska 2026	5.40	Telezakupy TV Okazje	5.55	Ukryta prawda	(1709) – serial paradokmalny, Polska 2025	
7.00	Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze		7.30	Pytanie na śniadanie	– pobudka – magazyn	6.00	Nowy dzień z Polsat News	6.50	Kuchenne rewolucje	(6): Garwolin – Pod Orlim – program rozrywkowy	
7.40	Rok w ogrodzie	(1175) – mag.	7.55	Pytanie na śniadanie	– magazyn	8.30	halo tu polsat	– magazyn	7.45	Dzień dobry wakacje	– magazyn
8.05	Rok w ogrodzie extra	(448) – magazyn	11.20	Górna półka smaku	(5) – magazyn kulinarny	11.30	Nasz nowy dom	(362) – reality show	11.30	Na Wspólnej	(4248-4251) – serial obyczajowy, Polska 2026
8.20	Pełnosprawni	(662) – mag.	11.55	Zmiennicy	(8): Fartowny dzień – serial komediowy, Polska 1986	12.55	Skok przez płot	– film animowany, USA 2006, reż. Tim Johnson, 110 min	13.00	Młode giny	(31) – serial kryminalny, Polska 2026
8.50	Ranczo 7	(91): Droga przez stos – serial obyczajowy, Polska 2013	13.05	Panna młoda	(153) – serial obyczajowy, Turcja 2024	FILM	Grupa zwierząt ze zgrozą odkrywa, że zimą w miejscu lasu powstało osiedle. Informacji na temat ludzi udziela im szop RJ, który próbuje przekonać ich do korzyści wynikających z takiego sąsiedztwa. Zwierzątka nie mają pojęcia o tym, że jest on nieszczerzy.			W liceum dochodzi do strzelaniny. Sprawca, 18-letni Kuba, ucieka z miejsca zbrodni. Policja podejrzewa, że motyw może być związany z handlem narkotykami w szkole.	
9.45	Komisarz Alex 22	(276) – serial kryminalny, Polska 2024	14.00	Familiada	– teleturniej	14.45	Malolaty na obozie	– film familijny, USA 2007, reż. Fred Savage, wyk. Paul Rae, Cuba Gooding Jr., Richard Gant, Lochlyn Munro, 115 min	14.10	Happy Feet: Tupot małych stóp 2	– film animowany, Australia 2011, reż. George Miller, 130 min
10.40	Ojciec Mateusz 16	(212) – serial kryminalny, Polska 2016	14.35	Koło fortuny	(1907) – teleturniej	FILM	Charlie i Phil organizują letni obóz dla dzieci. Nie potrafią jednak sobie poradzić z opieką nad niesformnymi maluchami. Na pomoc wzywają pułkownika Hintona.			Mambo jest stępującym pingwinem. Jego syn Eryk nie podziela tej pasji. Jest za to zafascynowany latającym Svenem i oddała się od ojca. Tymczasem nielotom grozi niebezpieczeństwo.	
11.40	Natura w Jedyne: Nie bądź ślepy na ślepowrona	– film dokumentalny, Polska 2024	15.15	Szansa na sukces. Opole 2026 2	(1): Enej		16.40	Legenda Herkulesa	16.20	Maverick	– western komediowy, USA 1994, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Jodie Foster, James Garner, Graham Greene, 160 min
12.30	Gwiazdy w południe: Samotny rewolwerowiec	– western, USA 1964, reż. Sidney Salkow, wyk. Audie Murphy, Merry Anders, James Best, 95 min	16.20	Na dobre i na złe	(989): Potwór – serial obyczajowy, Polska 2026	FILM	Starożytna Grecja. Potomek władcy Olimpu pada ofiarą intrygi. Trafia na arenę jako gladiator. Ujawnia nadludzką moc.			Na parowcu organizowane są pokrowe mistrzostwa. Do turnieju zgłasza się oszust Bret. Zauroczony konkurentką Annabelle nie zauważa jej wyrachowania.	
14.05	Wielka wyprawa maluchów 2026	– felieton	17.15	Panna młoda	(154) – serial obyczajowy, Turcja 2024		18.10	Va banque	19.00	Fakty, sport i pogoda	
14.45	Okrasa łamie przepisy	– mag.	18.45	Wyższa Szkoła Jazdy	(8) – magazyn motoryzacyjny		18.45	Wyższa Szkoła Jazdy	19.45	Uwaga!	– magazyn reporterów
15.20	Rozmowy na medal	(7) – magazyn sportowy	19.10	Słowo na niedzielę			19.15	Prezydenci i premierzy			
16.00	Dziedzictwo	(989) – serial obyczajowy, Turcja 2020	19.25	Rodzinka.pl	(303): Węgorz – serial komediowy, Polska 2026		19.35	Sport, pogoda			
17.00	Teleexpress, pogoda			Ludwik podejmuje próbę umocnienia swojej pozycji w domu, lecz napotyka opór ze strony Adeli, która skutecznie udaremnia jego plany. Sonia przychodzi do Natalii z troskliwą radą. Ich rozmowie przysłuchuje się Paula.							
17.35	Rolnik szuka żony 12	(8) – talentowela dokum., Polska 2025									
18.40	Jaka to melodia?	– teleturniej muzyczny									
19.30	Program informacyjny 19.30										
19.55	Pytanie dnia	– pr. publicyst.									
20.05	Sport, pogoda										
20.25	Gra z Cieniem	(3) – serial kryminalny, Polska 2024									

20

DRAMAT WOJENNY



21.20 **1917** – USA/Wielka Brytania/Indie 2019, 125 min

HIT DNIA

I wojna światowa. Szeregowcy Schofield i Blake otrzymują niezwykle ważne zadanie. Mają poinformować swoich towarzyszy o pułapce zastawionej przez Niemców. Muszą przedostać się za linię wroga przez ziemię nieczyją.

23.25 **Kroniki Tour de Pologne kobiet** (2) – cykl reportaży, Pol.

23.35 **W otciani** – thriller, USA/Kanada 2018, reż. Pasha Patriki, wyk. Jean-Claude Van Damme, Michel Lundgren, Al Sapienza, Courtney Blythe Turk, 110 min

1.25 **Zupa nic** – komediodramat, Polska 2021, reż. Kinga Dębska, wyk. Kinga Preis, Adam Woronowicz, Ewa Wiśniewska, Barbara Papis, 105 min

3.10 **Jańcio Wodnik** – dramat obyczajowy, Polska 1993, reż. Jan Jakub Kolski, wyk. Franciszek Pieczka, Grażyna Błęcka-Kolska, Bogusław Linda, Katarzyna Aleksandrowicz, 105 min

4.55 **Sprawdzamy** – magazyn

5.15 **Zakończenie**

WIDOWISKO



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

Od rana Grudziądz będzie gościł ekipy Telewizji Polskiej i Polskiego Radia. W trakcie pikniku uczestnicy mogą liczyć na wiele atrakcji. Jako punkt kulminacyjny dnia zaplanowano koncert na Błoniach Nadwiślańskich. Wystąpią między innymi Natalia Kukulska, Edyta Górniak, Anna Wyszkoń i Grzegorz Hyży.

22.10 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (7) – talk-show

23.05 **Tulipanowa gorączka** – dramat kostiumowy, Wielka Brytania/USA 2017, reż. Justin Chadwick, wyk. Alicia Vikander, Dane DeHaan, Christoph Waltz, Jack O'Connell, 115 min

1.00 **Uziemieni** – komedia, Francja/Belgia 2013, reż. Alexandre Coffre, wyk. Valérie Bonneton, Dany Boon, Denis Ménochet, Albert Delpy, 100 min

2.40 **Książę z innej bajki** – komedia romantyczna, USA/Kanada 2023, reż. Rich Newey, wyk. Em Haine, Wern Lee, Cecilia Deacon, Markian Tarasiuk, 90 min

4.10 **Zakończenie**

WIDOWISKO



20.00 **31. Festiwal Kabaretu w Koszalinie 2026. Wariatkowo** (1-3)

Satyrzycy udowodnią, że do analizy tego, co się dzieje w polskiej i światowej polityce, najlepiej nadają się psychiatrzy. Leczyć śmiechem będą między innymi Jurki, Chyba, Czesuaf, Trzecia Strona Medalu, Formacja Chatelet, Zdolni i Skromni, Rewers, a także Trupa Wysokiego Ryzyka.

23.30 **Szybcy i wściekli 9** – film sensacyjny, Kanada/Tajlandia/USA 2021, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Michelle Rodriguez, Jordana Brewster, Tyrese Gibson, 195 min

2.45 **Nikita** – dramat sensacyjny, Francja/Włochy 1990, reż. Luc Besson, wyk. Anne Parillaud, Tchény Karyo, Jean-Hugues Anglade, Jean Reno, 130 min

KOMEDIA ROMANTYCZNA



20.00 **Dwoje do poprawki** – USA 2012, 135 min

Kay i Arnold są małżeństwem z 30-letnim stażem. W ich związku od dawna rządzi rutyna, brakuje też pożądania. Kobięcie trudno się z tym pogodzić. Pewnego dnia znajduje ona poradnik dla par autorstwa dr. Felda. Namawia Arnolda, aby razem poddali się terapii u specjalisty, ale partner nie jest zainteresowany. Kay jest jednak gotowa na wszystko, żeby zrealizować swój plan.

22.15 **Aline. Głos miłości** – film biograficzny, Francja/Kanada/Belgia 2020, reż. Valérie Lemerrier, wyk. Valérie Lemerrier, Sylvain Marcel, Danielle Fichaud, Roc LaFortune, 150 min

0.45 **Sierota** – horror, USA/Kanada/Niemcy 2009, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Vera Farmiga, Peter Sarsgaard, Isabelle Fuhrman, CCH Pounder, 150 min

3.15 **Uwaga!** – magazyn reporterów

3.30 **Wallander 2** (2) – serial kryminalny, Szwecja/Niemcy/Dania 2009

5.20 **Recepta na stary dom 4** (7) – program rozrywkowy



- 5.15 Szkoła** (823) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 6.05 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie** (7) – program rozrywkowy
- 7.00 Nowe Zwariowane Melodie 3** (4-6) – serial animowany, USA 2019
- 7.45 Ella zaklęta** – film fantasy, USA/Irlandia/Wielka Brytania 2004, reż. Tommy O'Haver, wyk. Anne Hathaway, Hugh Dancy, Cary Elwes, Aidan McArdle, 120 min. Wroźka sprawia, że Ella zawsze wypełnia polecenia innych ludzi. Uległa dziewczyna ma dość takiego życia. Szuka sposobu, by odwrócić zaklęcie.
- 9.45 Zgłosz remont 11** (8) – program rozrywkowy
- 10.55 Bitwa o gości** (4) – reality show
- 11.55 Ukryta prawda** (1457-1459) – serial paradokumentalny, Polska 2022
- 14.55 Szpital św. Anny** (29, 30) – serial obyczajowy, Polska 2025
- 16.55 Detektywi** (5): Nie szukajcie mnie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 17.55 Step Up 4: Rewolucja** – film muzyczny, USA 2012, reż. Scott Speer, wyk. Adam G. Sevani, Kathryn McCormick, Ryan Guzman, Jordana DePaula, 125 min. Sean przewodzi ulicznej grupie tancerzy. Pewnego dnia do zespołu dołącza Emily. Między nią a chłopakiem rodzi się uczucie. Razem biorą udział w batalii przeciwko wyburzeniu dzielnicy.

- 6.00 Kobra – oddział specjalny** (6-8): Król Ahjady; Halloween; Niechciane dzieci – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 9.00 Tak! jest świat 11** (30) – program informacyjny. Anna Bogusiewicz podsumowuje kluczowe wydarzenia minionego tygodnia z kraju i ze świata. Wyjaśnia, jak wpływają na codzienne życie Polaków, co pozwala lepiej zrozumieć bieżącą sytuację.
- 9.25 Boso przez świat**: Na ryby – cykl reportaży, Polska 2009. Wojciech Cejrowski pokaże sposoby połowu wykorzystywane przez rdzennych mieszkańców Wenezueli. Zaprezentuje przedmioty, które pełnią tam funkcje znanych w Europie wędek.
- 10.00 Lombard. Życie pod zastaw 11** (551, 553, 555, 557, 559) – obycz., Polska 2022. Właściciele chcą zapewnić swojej zmarłej kotce wystawny pochówek. Zwierzę ma upamiętnić rzeźbę. Kelnerka Kawa odrzuca nachalne załoty gościa lokalu. Zostaje zdegradowana. Ma pracować na zmywaku.
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (978-982) – serial obyczajowy, Polska 2026. Właścicielka szkoły tańca prowadzi kurs, w którym uczestniczy też jej córka Lila. Staje przed trudnym wyborem: musi wytypować trzy uczennice, które pojedą na konkurs. Rywalka Lili realizuje podstępny plan.

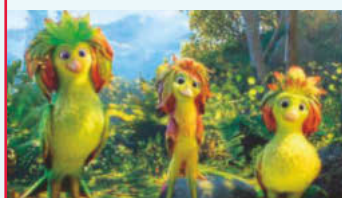
- 5.50 Ale numer! 21** (8) – program rozrywkowy
- 6.35 Smerfy** (199, 201) – serial animowany, Belgia 1988
- 7.35 Pingwiny z Madagaskaru** (1, 2) – serial animowany, USA 2008-2010
- 8.30 Klakson i spółka** – film animowany, Brunei/Malezja 2018, reż. Yusry Abd Halim, 100 min
- 10.10 Pszczółka Maja: Miódowe Igrzyska** – film animowany, Australia/Niemcy 2018, reż. Noel Cleary, 105 min
- 11.55 Wojciech Cejrowski. Boso – Luizjana** (7, 9) – serial dokumentalny, Polska 2025
- 13.00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (14, 1) – program rozrywkowy
- 15.10 Delfin Bernie** – film familijny, Kanada 2018, reż. Kirk Harris, wyk. Kevin Sorbo, Lola Sultan, Patrick Muldoon, Stelio Savante, 100 min
- 16.50 Super Mario Bros** – komedia s.f., USA/Wielka Brytania 1993, reż. Rocky Morton, wyk. Bob Hoskins, John Leguizamo, Dennis Hopper, Samantha Mathis, 130 min
- 19.00 Pszczółka Maja. Mały wielki skarb** – film animowany, Niemcy/Australia 2021, reż. Noel Cleary, 95 min. Maja i Gucio spotykają wędrowca, który przekazuje im magiczną pestkę. Pszczołki muszą przynieść ją do pałacu na Sekretnym Wzgórzu. Misja jest niebezpieczna, więc zabiera ją w drogę wiernych przyjaciół.



ŚMIERĆ OD PIORUNA

Wychowany w biedzie James Garfield (Michael Shannon) wstawia się jako naukowiec, bohater wojny secesyjnej, kongresmen, a w końcu kandydat na prezydenta USA. Cztery miesiące po inauguracji, w 1881 roku, zostaje śmiertelnie postrzelony przez Charlesa Guiteau (Matthew Macfadyen).

►serial hist. (4 odc.), USA 2025



W CUDZEJ SKÓRZE

Historia niecodziennej przyjaźni między małym zwierzątkiem leśnym a mającym statystyczny ptakiem. Choć w krainie, z której pochodzą, są odwiecznymi wrogami, pewnego dnia niespodziewanie zamieniają się ciałami i podejmują współpracę. Razem przeżywają najbardziej szaloną przygodę swojego życia.

►animowany, USA 2026; 101 min



- 20.00 Niebezpieczny** – USA 2021, 135 min. Zresocjalizowany były więzień Dylan czeka na koniec okresu zwolnienia warunkowego. Wszystko się zmienia, kiedy jego brat ginie w tajemniczych okolicznościach. Skazaniec udaje się w podróż, aby poznać prawdę o tragedii. Ściga go nieustępliwa agentka. Tymczasem grupa najemników poszukuje czegoś, co ukrywał zmarły.
- 22.15 Ostatni samuraj** – dramat kostiumowy, USA/Nowa Zelandia/Japonia 2003, reż. Edward Zwick, wyk. Tom Cruise, Koyuki, Ken Watanabe, William Atherton, 195 min
- 1.30 Rafa** – thriller, Australia 2010, reż. Andrew Traucki, wyk. Zoe Naylor, Damian Walshe-Howling, Gyton Grantley, Adrienne Pickering, 95 min
- 3.05 Żyjąc z potworem 9** (8) – serial dokumentalny, USA 2024
- 4.05 Fachowcy 2** (4) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 4.45 Usterka 11** (17) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019

- 20.00 Mocne sobotnie kino: Umysł przestępcy** – USA/Wielka Brytania/Bułgaria 2016, 150 min. Agent CIA ginie, tropiąc hakera. Przełożeni funkcjonariusza decydują się przeszczepić jego pamięć i umiejętności skazańcowi Jericho, który musi dokończyć misję. Ma mało czasu, gdyż wróg realizuje zbrodniczy plan.
- 22.30 Przetrwać do świtu** – film sensacyjny, USA 2020, reż. Matt Eskandari, wyk. Bruce Willis, Chad Michael Murray, Shea Buckner, Tyler Jon Olson, 100 min
- 0.10 Czas porachunków** – thriller, USA 2022, reż. Wes Miller, wyk. Kevin Dillon, Bruce Willis, Frank Grillo, Leon, 130 min
- 2.20 Dyżur 3** (37) – serial dokumentalny, Polska 2010
- 3.00 Tak! jest świat 11** (30) – program informacyjny
- 3.35 Dyżur 3** (38) – serial dokumentalny, Polska 2010
- 4.00 Menu na miarę** (9, 10) – program kulinarny
- 5.00 Dyżur 3** (39, 40) – serial dokumentalny, Polska 2010

- 20.35 Na pewno, być może** – Wielka Brytania/USA/Francja 2008, 145 min. Dziesięcioletnia Maya, zainspirowana lekcją wychowania seksualnego, chce pogłębić wiedzę na damsko-męskie tematy. Wypytuje ojca o historię miłości jego i mamy, która właśnie kończy się rozwodem. Ten opowiada córce osobliwą baśń. Wpłata w nią wspomnienia ze swoich innych związków.
- 23.00 Po śladach mordercy** – film kryminalny, USA 2021, reż. Randall Emmett, wyk. Emile Hirsch, Megan Fox, Bruce Willis, Lukas Haas, 120 min. Agenci FBI wszczynają skomplikowane śledztwo dotyczące handlu kobietami. Wpadają na trop seryjnego zabójcy.
- 1.00 Wstydlive choroby 5** (4, 5) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2011
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5** (209, 210) – serial obyczajowy, Polska 2019
- 5.00 Kręcimy z gwiazdami 2** (2): Ania Wyszkon – program rozrywkowy, Polska 2012

DYPLOMATKA 3
Kate Wyler (Keri Russell) rozpoczyna urzędowanie na stanowisku prezydenta USA, co okazuje się dla niej koszmarem. Łączą ją trudne relacje zarówno z ministrem spraw zagranicznych Austinem Dennisonem (David Gyasi), jak i pierwszym dżentelmenem Toddem Pennem (Bradley Whitford).

►serial obycz. (7 odc.), USA 2025



HARRY HOLE

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

►serial krym. (9 odc.), USA 2026

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA HD	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.15 Zmierzch – film fantasy, USA 2008, reż. Catherine Hardwicke, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner, 120 min 8.15 Rekrut 8 (18) – serial kryminalny, USA 2026 9.15 Walker: Strażnik Teksasu 2 (3) – serial krym., USA 2021-2022 10.10 MacGyver 3 (13-17) – serial akcji, USA 2018-2019 15.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (22) – serial kryminalny, USA/Kan. 16.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (1-4) – serial kryminalny, USA 2011	5.35 Na sygnale (875, 876) – serial fab.-dokum. 6.30 U Pana Boga w ogródku (10) – serial kom., Pol. 2008 7.25 Na sygnale (877-881) – serial fab.-dokum. 10.15 Ranczo 9 (110, 111) – serial obycz., Polska 11.55 Rodzinka.pl (306-308) – serial komediowy, Pol. 2026 13.35 Ojciec Mateusz 30 (391, 392) – serial kryminalny, Pol. 2023 15.30 Komisarz Alex 25 (309) – krym., Pol. 2026 16.30 Ranczo 9 (112) – serial obycz., Polska 17.30 Czerdziestolatek (19) – serial obyczajowy, Pol. 1977	10.15 Nie do przebaczenia – western, USA 1960, wyk. Audrey Hepburn, 130 min 12.25 Kosmos 1999 (15) – serial s.f. 13.30 Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (4) – dok., Wlk. Bryt. 14.35 O psie, który jeździł koleją – film familijny, Polska 2023, 110 min 16.25 Noce i dnie (8) – serial obycz., Polska 17.30 Sztuka jako konieczność. 4. Biennale Mater of Art, Praga 2026 18.05 Jutrzenka – dramat obyczajowy, Francja/Włochy 1955, 115 min	6.30 Polska z góry (13) – serial dok., Pol. 2017 7.00 Wyraj – film krótkometraż. 7.35 Śmierć na Nilu – film kryminalny, Wielka Brytania 1978, 165 min 10.20 Matthew Perry. Ten, którego zabrakło – film dokum., Fr. 2024 11.35 Punkty zwrotne – thriller, Hiszpania 2024, 115 min 13.30 Sprawa nierozwiązana (1-5) – serial krym., Kanada 15.50 Niezwykłe miejsce na śmierć (3) – krym. 17.45 Prawnik z Lincoln – thriller, USA 2011, reż. Brad Furman, 155 min	7.45 Luca. Legenda Ferrari (1, 2) – dok. 9.30 The Holiday – komedia romant., USA 2006, 135 min 11.45 Kiedy nadchodzi jesień – dram. obycz., Fr. 2024, 100 min 13.25 Łapu capu – pr. rozr. 13.40 Peacock – thriller, USA 2010, 90 min 15.10 Chopin, Chopin! – dramat biograficzny, Polska 2025, 130 min 17.20 Kawałek po kawałku – film animowany, USA/Dania 2024, 100 min 19.00 Jason Bourne – thriller, USA 2016, reż. Paul Greengrass, 120 min	7.50 Pan Popper i jego pingwiny – komedia, USA 2011, 95 min 9.25 Wielka mała koza – anim., USA/Brazylia/Japonia 2026, 100 min 11.05 Wysłnione piosenki – dram. obyczajowy, USA 2025, 95 min 12.40 Marsjanin – film s.f., USA/Wielka Brytania/Jordania 2015, 140 min 15.00 Sypiając z innymi – komediodramat, USA 2015, reż. Leslye Headland, 100 min 16.40 Eileen – thriller, USA/Wielka Brytania 2023, 100 min 18.20 Wielka mała koza – anim., USA/Brazylia/Japonia 2026, 100 min
FANTASY	KOMEDIOWY	DRAMAT OBYCZAJOWY	DRAMAT BIOGRAFICZNY	KOMEDIA	KOMEDIA
20.00 Saga „Zmierzch”: Książę w nowiu – Australia/USA 2009, 170 min Wampir Edward nie chce narazić ukochanej Belli na niebezpieczeństwo. Dla jej dobra wyjeżdża. Zropaczoną dziewczynę wspiera Jacob, który skrywa pewną tajemnicę. 22.50 Snajper: Niewidzialny zabójca – film sensacyjny, USA 2016, 115 min 0.45 Snajper: Ostatni strzał – dramat sens., USA 2017, 120 min	18.35 U Pana Boga w ogródku (11) – Pol. Książd zwierza się komendantowi, że kościelny dzwon wydał fałszywe brzmienie. Duchowny uważa, że jest to zły znak i prosi o wzmocnienie patrolu w miasteczku. 19.30 Ojciec Mateusz 30 (393, 394) – krym., Pol. 21.30 Ojciec Mateusz 31 (395) – krym., Pol. 2024 22.30 Ranczo 9 (113, 114) – serial obycz., Polska 0.25 Komisarz Alex 25 (309, 310) – krym., Pol. 2.15 PitBull (21) – sens. 3.15 Oficerowie (9) – sens.	20.00 Destrakcja – USA 2015, 110 min Davis próbuje się pozbiierać po śmierci żony. Pewnego dnia wysłał skargę na zepsuty automat ze słodyczami. Rozpoczyna tym samym korespondencję z Karen. 21.50 TVP Kultura na Nowych Horyzontach – felieton, Polska 2026 22.15 Bohater – dramat obyczajowy, Francja 2021, 140 min 0.35 Opole 2016: Scena alternatywna – koncert	20.20 Rebeliant – USA 2016, 160 min Trwa wojna secesyjna. Farmer i były żołnierz Newton Knight staje na czele buntowników walczących o niepodległy stan, w którym wszyscy będą sobie równi. 23.00 Pokusa – thriller, USA 2012, 130 min 1.10 Sharon Stone. Instynkt przetrwania – dok., Hiszp./Fr./USA 2024 2.25 Belfer 3 (5) – krym. 3.10 Wiarołom – dramat obyczajowy, Polska 2021, 75 min	21.00 Dalej jazda! 2 – Polska 2025, 105 min Józek i Ela postanawiają po latach wziąć ślub kościelny. Trwają przygotowania do ceremonii, a bliscy pary zmagają się z własnymi miłosnymi rozterkami. 22.45 The Killer – thriller, USA/Kanada/Korea Południowa 2024, reż. John Woo, 125 min 0.50 Wola przetrwania – thriller, USA 2025, 120 min 2.50 Innego końca nie będzie – film obycz., Polska 2024, 90 min	20.00 No hej! – USA 2025, 95 min Podczas miłosnych igraszek Isaac wyznaje Iris, że tak naprawdę nie myśli o niej poważnie. Jego słowa zapoczątkowują serię nieprawdopodobnych wydarzeń. 21.35 Lisa Frankenstein – komedia fantasy, USA 2024, 100 min 23.15 The Royal Hotel – thriller, Australia/Wielka Brytania 2023, reż. Kitty Green, 90 min 0.45 Ostatni pojedynek – film hist., Wlk. Bryt./USA 2021, 150 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM HD	CANAL+ SERIALE HD	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
6.10 Stuart Malutki 2 – film przygodowy, 2002, 75 min 7.25 Detektyw Murdoch 2 (6, 8-10) – serial kryminalny 13.00 Dr House 3 (16-20) – serial obyczajowy, USA 2007 18.00 Dowody zbrodni 2 (23-ost.) – serial kryminalny 19.00 Dowody zbrodni 3 (1-4) – serial kryminalny, USA 22.55 Moje wielkie greckie wesele – komedia romant., 2002, 110 min 0.45 Aviator – dramat biograf., USA/Niemcy 2004, 205 min 4.10 Dr House 3 (16, 17) 5.50 Blok promocyjny AXN White	11.55 Sok z żuka – horror komediowy, 1988, 110 min 13.45 Miłość jak narkotyk – komedia romantyczna, USA 1997, 120 min 15.45 Superman 3 – przyg., Wlk. Bryt./USA 1983, 155 min 18.20 Superman 4 – przyg., USA/Wlk. Bryt. 1987, 105 min 20.05 Akademia policyjna – komedia, USA 1984, reż. Hugh Wilson, 115 min 22.00 Wrogie niebo 5 (10) – s.f. 23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (1, 2) – serial kryminalny, USA 2011 0.50 Wyślanik przyszłości – film s.f., 1997, 210 min	6.05 Benek – komediodramat, Polska 2007, 100 min 7.45 Super pies i kot lotr – film anim., 2025, 90 min 9.15 Gru i Minionki: Pod przykrywką – film animowany, 2024, 90 min 10.45 Łapu capu – pr. rozrywk. 10.50 Pan Tadeusz – kostium., Pol./Francja 1999, 150 min 13.20 Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa – film dok., USA 2013, 80 min 16.20 Mamma mia – komedia muz., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2008, 110 min 18.10 Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min 19.55 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 Follemente. W tym szaleństwie jest metoda – komedia, Włochy 2025, 95 min 21.35 Tak się poznaliśmy – komedia romantyczna, USA 2023, 95 min 23.10 Kukulkan – thriller, Niemcy/USA 2024, 100 min 0.50 Utrata równowagi – dramat psychologiczny, Polska 2024, 95 min 2.25 Skrzyżowanie – dramat obycz., Polska 2024, 95 min 4.00 Ładzi – dramat wojenny, Polska 2023, 120 min	9.50 Polska z góry. Nad wodą 3 (1, 2) – serial dok. 10.40 The Office PL 5 (1-3) – serial komediowy, Polska 12.10 Cztery pory igr (3, 4) – serial dokumentalny, Pol. 14.00 Łapu capu Extra (5) – program rozrywkowy 14.30 Naruto 3 (21-23) – serial anime, Japonia 2003-2004 16.00 Piękna Jaka kwietna – film krótkometraż., Pol. 16.35 Łapu capu – program rozrywkowy 16.45 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (1-3) – serial komediowy, Fr. 18.35 8 wspaniałych (6-8) – serial dokumentalny, Pol. 20.00 Król i zdobywca (1, 2) – serial historyczny 21.40 Pisarze. Serial na krótko 2 (6) – serial komediowy, Polska 2021 22.00 Paryż w ogniu. Paris Has Fallen (5, 6) – serial sens., Wielka Brytania/Francja 23.40 Nie zostawiaj mnie (7, 8) – serial kryminalny, Wł. 2022 1.35 Kiedy ślub? (5, 6) – serial komediowy, Polska 2024 3.25 Szaleństwo imprez i raj. Historia Ibiza – film dokumentalny, Niem. 2024 4.15 Polityka (1, 2) – serial obyczajowy, Polska 2019 5.50 Making of CANAL+ – magazyn filmowy	6.00 13 posterunek 2 (7, 8) – serial komediowy, Polska 7.10 Sędziowie 2 (2) – dok. 7.50 Toni Kroos – film biograf., Niemcy 2019, 130 min 10.00 Zholowani: ciężarówka w opałach (6, 21) – dok. 11.00 Kolejka przez świat (2) 12.05 KSI & Pauls: W sieci sukcesów – dok., 2024 13.20 Grip – w świecie supersamochodów (1) – serial dok., Polska 2024 14.20 Polska z góry: Stadion (1) – serial dok., Polska 2024 14.55 Chwila prawdy (3, 4) 16.50 Wykrzywc historii (6, 4) 18.00 Dover 24/7 (1) – serial dok. 19.00 Speedshop: warsztat marzeń (4) – serial dokum. 20.15 Hot Roads – Najniebezpieczniejse drogi świata (4) – serial dok., Niem. 2011 21.05 Lotniskowce na wojnie (2) – dok., Wlk. Bryt. 2018 22.05 Porzucone konstrukcje (8) – serial dok., Wlk. Bryt. 23.05 Niepokonany: droga na Denali – film dok., 2024 1.05 Piłkarze na podsłuchu (5) – serial dok., Polska 2022 2.00 Twardzielki (10) – dok. 2.40 Łowcy tajemnic Bałtyku (7) – serial dok., Polska 2020 3.40 Zwierzęta Wajraka 2 (2, 3) – serial dok., Pol. 2021 4.55 Pogotowie remontowe Wieszka 3 (3, 4) – mag.	14.25 Za duży na bajki 2 – film familijny, Polska 2024, reż. Kristoffer Rus, 90 min 15.55 Dotknięci miłością – dramat obycz., Wielka Brytania/Ir. 2024, 105 min 17.40 Wielka, odważna, piękna podróż – drama fantasy, Irlandia/USA 2025, reż. Kogonada, 110 min 19.30 DJ Ahmet – komediodramat, Macedonia/Czechy/Serbia 2025, 95 min 21.05 Dzikol kot – dramat biograficzny, 2023, 105 min 22.50 Ród smoka 3 (5) – fantasy 23.50 The Pitt 2 (1) – obycz., USA
AXN BLACK	POLSAT SERIALE HD	CANAL+ SERIALE HD	CANAL+ 360 HD	HBO 3 HD	
6.00 Renegat 5 (21) – sens. 6.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (17, 18) – serial krym., USA/Kanada 8.15 S.W.A.T. 6 (11-14) – sens. 12.05 Gwiezdne wrota 3 (17-21) – s.f., USA/Kan. 2000 17.05 MacGyver (14-17) – serial akcji, USA 21.00 S.W.A.T. 6 (11-14) – serial sensacyjny, USA 2022 0.40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (17, 18) – serial krym., USA/Kanada 2.30 MacGyver (14-17) – serial akcji, USA 5.50 Blok promocyjny AXN Black	6.00 Gliniarze (202-204) – serial paradok., Polska 2018 9.00 Detektyw Poirot 5 (2-4) – serial krym., Wlk. Bryt. 12.25 Doktor Martin (2, 3) – serial obycz., Wlk. Bryt. 14.30 Świat według Kiepskich (210-213) – kom., Pol. 2001 17.05 Gliniarze (1139-1142) – serial paradok., Pol. 2025 21.00 Columbo (39, 42) – serial kryminalny, USA 0.05 Cicha noc – horror kom., Wlk. Bryt. 2021, 115 min 2.00 Ślad (72) – krym., Pol. 2019 3.00 Święty (235, 236) – kom. 4.00 48h. Zaginięci (133, 134) – serial kryminalny, Polska	9.50 Polska z góry. Nad wodą 3 (1, 2) – serial dok. 10.40 The Office PL 5 (1-3) – serial komediowy, Polska 12.10 Cztery pory igr (3, 4) – serial dokumentalny, Pol. 14.00 Łapu capu Extra (5) – program rozrywkowy 14.30 Naruto 3 (21-23) – serial anime, Japonia 2003-2004 16.00 Piękna Jaka kwietna – film krótkometraż., Pol. 16.35 Łapu capu – program rozrywkowy 16.45 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (1-3) – serial komediowy, Fr. 18.35 8 wspaniałych (6-8) – serial dokumentalny, Pol. 20.00 Król i zdobywca (1, 2) – serial historyczny 21.40 Pisarze. Serial na krótko 2 (6) – serial komediowy, Polska 2021 22.00 Paryż w ogniu. Paris Has Fallen (5, 6) – serial sens., Wielka Brytania/Francja 23.40 Nie zostawiaj mnie (7, 8) – serial kryminalny, Wł. 2022 1.35 Kiedy ślub? (5, 6) – serial komediowy, Polska 2024 3.25 Szaleństwo imprez i raj. Historia Ibiza – film dokumentalny, Niem. 2024 4.15 Polityka (1, 2) – serial obyczajowy, Polska 2019 5.50 Making of CANAL+ – magazyn filmowy	6.00 13 posterunek 2 (7, 8) – serial komediowy, Polska 7.10 Sędziowie 2 (2) – dok. 7.50 Toni Kroos – film biograf., Niemcy 2019, 130 min 10.00 Zholowani: ciężarówka w opałach (6, 21) – dok. 11.00 Kolejka przez świat (2) 12.05 KSI & Pauls: W sieci sukcesów – dok., 2024 13.20 Grip – w świecie supersamochodów (1) – serial dok., Polska 2024 14.20 Polska z góry: Stadion (1) – serial dok., Polska 2024 14.55 Chwila prawdy (3, 4) 16.50 Wykrzywc historii (6, 4) 18.00 Dover 24/7 (1) – serial dok. 19.00 Speedshop: warsztat marzeń (4) – serial dokum. 20.15 Hot Roads – Najniebezpieczniejse drogi świata (4) – serial dok., Niem. 2011 21.05 Lotniskowce na wojnie (2) – dok., Wlk. Bryt. 2018 22.05 Porzucone konstrukcje (8) – serial dok., Wlk. Bryt. 23.05 Niepokonany: droga na Denali – film dok., 2024 1.05 Piłkarze na podsłuchu (5) – serial dok., Polska 2022 2.00 Twardzielki (10) – dok. 2.40 Łowcy tajemnic Bałtyku (7) – serial dok., Polska 2020 3.40 Zwierzęta Wajraka 2 (2, 3) – serial dok., Pol. 2021 4.55 Pogotowie remontowe Wieszka 3 (3, 4) – mag.	9.30 Milion minut – dram. obycz., Niem. 2024, 125 min 11.35 Gentleman Jack (1) 12.35 Focus – kom. krym., USA/Argentyna 2015, 105 min 14.20 Millerowie – komedia kryminalna, USA/Wielka Brytania 2013, 110 min 16.10 Na planie 23 (22) – mag. 16.40 Alita: Battle Angel – film s.f., USA 2019, reż. Robert Rodriguez, 120 min 18.40 The Killer's Game – thriller, USA/Hiszp./Wielka Brytania 2024, 105 min 20.25 Zycie, Larry i pogoń za nieszczęściem (4) – kom. 21.00 Stamtd 4 (1-10)	

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA STOPKLATKA DVB-T2
8.00 Sąsiedzi (6, 7) – anim. 8.20 Była sobie Ziemia (8-10) – serial anim., Fr. 10.00 Sezon na misia 4: Strach się bać – film animowany, USA 2015, 105 min 11.45 Ania z Zielonego Wzgórza – ciąg dalszy (2-ost.) – film obyczajowy, Kanada/USA 1987, 145 min 14.10 Aniołki Charliego – film sensacyjny, USA/Niemcy 2019, 150 min 16.40 Przygody Tintina – film animowany, USA/Nowa Zelandia 2011, 130 min 18.50 Drapacz chmur – film sensacyjny, USA 2018, 130 min	6.00 Tata ma plan 3 (8-12) – serial komediowy, USA 2019 8.30 Teoria wielkiego podrywu 9 (5-16) – serial komediowy, USA 2015 13.30 Przyjaciele 9 (13-19) – serial komediowy, USA 2002-2003 17.05 9JKL (13-16) – serial komediowy, USA 2017 19.00 Duchy (7, 8) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021 Sam ma napisać artykuł o napadzie na bank, który przeprowadziła Flower z przyjaciółmi. Ta prosi, żeby nie przyjmowała zlecenia.	5.05 Szkoła (797) – serial paradokum. 6.00 Superbohaterowie (4) – program kult. 6.30 Magia kina (5) – kult. 6.50 Seriale kultowe (4) – program kulturalny 6.55 Prawo Agaty 5 (10-13) – serial obycz. 10.50 Elf – film familijny, USA 2003, 125 min 12.55 Blueback – dramat obyczajowy, Australia 2022, 135 min 15.10 Liga Sprawiedliwości – film przygodowy, USA/Kanada/Wielka Brytania 2017, 155 min 17.45 Miss agent – komedia sensacyjna, USA 2000, 135 min	6.00 Falszerstwo (1) – serial kryminalny, Francja 2025 6.45 Morderstwa w Cornouaille – film kryminalny, Francja 2018, reż. Franck Mancuso, 125 min 8.50 Mentalista 2 (18-23) – serial kryminalny, USA 2010 14.20 Mentalista 3 (1-4) – serial kryminalny, USA 2010 18.00 Kobra – oddział specjalny 2 – serial sensacyjny, Niemcy 2022 20.00 Bellefroid (3) – serial kryminalny, Francja 2022	6.00 Złoty interes (5) – program rozrywkowy 6.45 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.10 Miś Kudłatek (13, 1) 7.30 Bolek i Lolek na wakacjach (13, 1) 7.55 Tego się nie robi kotu – krótkometraż. 8.20 Ranking najpolskiego kina (3) 8.50 Komedia małżeńska – komedia obyczajowa, 1993, 125 min 10.55 Znachor – dramat obycz., 1981, 175 min 13.50 Ziemia obiecana – dramat obyczajowy, 1974, 215 min 17.25 Anna German. Tajemnica białego anioła (5, 6) – biograf.	6.00 Komisarz Rex 4 (9-11) – serial krym., Niem./Austria 1998 9.00 Komisarz Rex 12 (12) – serial kryminalny, Wł. 10.00 Hudson i Rex 2 (7, 8) – serial krym., Kanada 12.00 Robin z Sherwood (4) – serial przygodowy 13.25 Kochany urwis – komedia, USA 1990, reż. Dennis Dugan, wyk. John Ritter, Jack Warden, 95 min 15.00 Janosik – film przyg., Polska 1974, 165 min 17.45 Samotny wilk McQuade – film sensacyjny, USA 1983, reż. Steve Carver, wyk. Barbara Carrera, Chuck Norris, 135 min
SENSACYJNY	KOMEDIODRAMAT	KOMEDIA SENSACYJNA	KRYMINALNY	KOMEDIA OBYCZAJOWA	THRILLER
21.00 Lucy – Francja/Niem./FILM Kan. 2014, 110 min Tajwan. Studentka Lucy pod wpływem nowego narkotyku zyskuje nadnaturalne zdolności. Zamierza użyć ich do walki z mafią. Wspiera ją profesor Norman. 22.50 Chłopak z sąsiedztwa – thriller, USA 2015, reż. Rob Cohen, wyk. Jennifer Lopez, Ryan Guzman, 105 min 0.35 Ślad (40, 41, 22, 23) – krym., Pol. 2018-2019 4.35 Na ratunek 112 (878, 879) – paradok.	20.00 Choć goni nas czas – USA 2007, 120 min Chory na raka miliarder Edward Cole w szpitalu dzieli pokój z mechanikiem Cartelem Chambersem. Mężczyźni chcą razem wykorzystać czas, który im pozostał. 22.00 The Office PL 2 (12) – serial kom., Pol. 2022 22.35 The Office PL 3 (1) 23.05 Comedy Club 8 (11, 12) – pr. rozrywk. 0.05 Miasteczko South Park 3 2.05 Pracocholizy 4 (7-10) 4.00 Śmiech nie będzie 2 (3-6) – rozr.	20.00 Pan i pani Smith – USA 2005, 150 min Małżonkowie Jane i John są płatnymi zabójcami. Ukrywają przed sobą swoją profesję. Pewnego dnia orientują się, że dostali zlecenie zlikwidowania siebie nawzajem. 22.30 Dusza towarzystwa – komedia, USA 2018, 135 min 0.45 Nie bój się ciemności – horror, USA/Australia/Meksyk 2010, 120 min 2.45 Dziwczynny z Hollywood 3 (4) 3.05 Szkoła (759)	22.00 Tajemnice Jane: Utracony spadek – Kan. 2024, 115 min Piosenkarka Jane Da Silva przejmując rodzinną agencję detektywistyczną. Jej pierwszą sprawą staje się rozwiązanie tajemnicy śmierci kobiety sprzed lat. 23.55 Plan doskonały 2 – film sensacyjny, USA 2019, 130 min 2.05 Matczyna furia – thriller, Kanada 2021, 125 min 4.10 Morderstwo w Le Mans – film krym., Francja 2023, 120 min	20.00 Kogel-mogel – 1988, 150 min Pochodząca ze wsi Kasia w dniu swojego ślubu dowiadyje się, że została przyjeżdżająca na studia. Ucieka z domu i wyjeżdża do stolicy, gdzie poznaje przystojnego Pawła. 22.30 Lokatorka – dramat krym., 2021, 140 min 0.50 Ciało – komedia, 2003, 130 min 3.00 IO – dramat obycz., Pol./Wł. 2022, 115 min 4.55 Diabeł – film krótkometraż., 2022 5.35 Syn szczęścia – film krótkometraż., 2024	20.00 Kult – Niemcy/USA/Kanada 2006, 125 min Malus otrzymuje od byłej kochanki list z prośbą o pomoc w odnalezieniu zaginionej córki. Rusza na wyspę, gdzie obie mieszały. Odkrywa sekret lokalnej społeczności. 22.05 12 godzin – film sensacyjny, USA 2012, reż. Simon West, wyk. Nicolas Cage, Josh Lucas, 110 min 23.55 Pokaż, kotku, co masz w środku – komedia, Polska 2011, reż. Sławomir Kryński, 125 min
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV HD
10.50 Interstellar – film s.f., 2014, 165 min 13.35 Młode serce – film obycz., Bel/Hol. 2024, 100 min 15.15 Apollo 13 – dramat katastroficzny, USA 1995, reż. Ron Howard, 135 min 17.30 Transformers: Ostatni Rycerz – film s.f., USA/Chiny/Kanada 2017, reż. Michael Bay, 150 min 20.00 Inferno – thriller, USA/Węgry 2016, 120 min 22.00 Wybuchowa para – komedia sensacyjna, USA 2010, 110 min 23.50 Szczęki – thriller, USA 1975, 120 min	8.30 Świat według Kiepskich (4-9) – serial kom., Pol. 2010 11.30 Bob kocha Abisholę 3 (22) – kom., USA 2021-2022 12.00 Bob kocha Abisholę 5 (1-5) – serial komediowy 14.30 Święty (51, 52, 1-3) – kom. 16.00 Pieknki i bezrobotni (1) 17.30 Świat według Kiepskich (4-10) – serial kom., Polska 21.00 Co ludzie powiedzą? (3-5) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogą w grobie 4 (5, 6) – kom., Wlk. Bryt. 1993 0.30 Czarna Żmija (5, 6) – kom. 1.55 Czarna Żmija 2 (1) – kom. 2.30 Grono nie-pedagogiczne 3 (1-5)	6.00 Medium (11-15) – krym. 10.35 Wojna światów: Atak – film s.f., 2023, 110 min 12.25 Wojna światów: Wygniecie – film s.f., USA 2024, 110 min 14.15 Świat trąsu – horror s.f., USA 2018, 110 min 16.05 Duża ryba – komediogramat, USA 2003, 155 min 18.40 Bumblebee – film s.f., Chiny/USA 2018, 140 min 21.00 Chappie – film s.f., USA/Meksyk 2015, 150 min 23.30 Dorwać Cartera – film sensacyjny, 2000, 120 min 1.30 Bibliotekarze (1-5)	5.00 Agenci NCIS 10 (17-19) 7.45 FBI 4 (17, 18) – serial krym. 9.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (6, 7) – serial krym. 11.25 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (1-3) 14.10 Z archiwum X (4-6) – s.f. 17.00 Terminal – komedia romant., USA 2004, 155 min 19.35 Szklana pułapka – film sensacyjny, 1988, 160 min 22.15 Szklana pułapka 2 – film sensacyjny, 1990, 155 min 0.50 Uliczny wojownik – film sensacyjny, 1994, 130 min 3.00 Zaklamanie (3) – obycz. 4.10 CSI: Kryminalne zagadki Miami (13) – serial krym.	8.40 Strażnik Teksasu (1-3) – serial sensacyjny, USA 12.45 Czym chała bogata! – komedia, 2017, 120 min 14.45 Komandosi z Navarony – film wojenny, Wielka Brytania 1978, 165 min 17.30 Zaginione miasto Z – film biograficzny, 2016, 150 min 20.00 Sąsiedzi 2 – komedia, USA/Chiny 2016, reż. Nicholas Stoller, 120 min 22.00 Iluzja 2 – thriller, Fr./USA/Hongkong 2016, 175 min 0.55 Spacer w chmurach – melodram., 1995, 135 min 3.10 Na uwierz – sens., USA/Meksyk/RPA 2014, 105 min	14.20 Miłość na Tahiti – kom., USA 2023, 115 min 16.15 Na zawsze lato – Nowe życie – film kryminalny, Niemcy 2024, 110 min 18.05 Na zawsze lato – Odkrycia – film krym., Niemcy 2026, 115 min 20.00 Zabójcze tropiki (7, 8) – serial kryminalny, Fr. 2019 22.15 Nord Nord Mord – Clüver i cicha śmierć – film krym., 2018, 110 min 0.05 Rzeka życia: Zaginiona na Amazonie – melodram., 2013, 115 min 2.00 Zabójcze tropiki (7, 8) 4.20 Górski lekarz (164)
CINEMAX 2 HD	VIASAT EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ HITS HD	PARAMOUNT NETWORK HD
14.25 50 pierwszych randek – komedia romantyczna, USA 2004, 100 min 16.05 Mnich i Karabin – komediogramat, Tajwan/USA/Francja 2023, 110 min 17.55 Zapach kobiety – dramat obyczajowy, 1992, 155 min 20.30 Nigdy więcej słońca – dramat fantasy, Serbia 2024, 75 min 21.45 Pewnego razu... w Hollywood – komediogramat, USA/Wlk. Bryt./Chiny 2019, 160 min 0.25 Śludmóg. Milioner z ulicy – komediogramat, 2008, 120 min	11.20 Agenci NCIS 17 (1-5) – serial kryminalny, USA 15.40 Panna Marple: Strzały w Stonygates – film kryminalny, USA/Wielka Brytania 2009, 130 min 17.50 Tajemnicza historia w Styles – film krym., Wlk. Bryt. 1990, 135 min 20.05 Detektyw Murdoch 19 (6) – krym., Wlk. Bryt. 21.00 Komisarz Maigret (1) – film kryminalny, Wielka Brytania 2016, 115 min 22.55 Hiszpańska księżniczka (3) – serial kostiumowy, USA 0.05 Zatrącenie w miłości (41-45) – telen., Turcja 2023	5.00 Opowieść o wyspie (1-5) – telenowela, Turcja 2021, wyk. Ayca Aysin Turan 10.00 Róże i grzechy (23-27) – telenowela, Turcja 2025 15.00 Historia Juany (51-55) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero 20.00 Rubi (114, 115) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori 22.00 Otchłań namiętności (124-128) – telenowela, Meksyk 2022, wyk. David Zepeda, Angélique Boyer 3.00 Rubi (114, 115) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori	5.00 Jim wie lepiej 6 (1-5) 7.30 Diabli nadali 9 (13) – kom. 8.00 Diabli nadali (1-4) – kom. 9.55 Sposób użycia (6-10) 12.30 Simpsonowie 31 (15-18) 14.30 Wyszycy kochają Raymonda (7-9) – kom. 18.00 Rozdzina Addamsów – czarna komedia, USA 1991, 130 min 20.10 Sausage Party – film animowany, 2016, 100 min 21.50 Straszny film – horror komediowy, 2000, 105 min 23.35 Wszyscy kochają Raymonda (7-16-21) 2.35 Familia Guy: Głowa rodziny 19 (10-14)	9.25 Nigdy nie będę twoja – komedia romantyczna, USA 2007, 110 min 11.15 Camino – dramat obycz., Hiszpania 2008, 180 min 14.15 Pokonać górę – dramat przygodowy, 2024, 110 min 16.05 Wyscig o życie – dramat przygodowy, 2023, 120 min 18.05 Linoleum – komediogramat, USA 2022, 115 min 20.00 Skok Henry'ego – komedia kryminalna, USA 2010, 120 min 22.00 Pan Brooks – thriller, USA 2007, 130 min 0.10 Przestępczyni – film kryminalny, 2023, 105 min	9.30 Lego Batman – film animowany, 2017, 140 min 11.50 Goonies – film przygodowy, 1985, 150 min 14.20 Nieoczekiwana zmiana miejsc – komedia, USA 1983, 150 min 16.50 Mission: Impossible – Fallout – sens., USA/Chiny/Fr. 2018, 190 min 20.00 Książę w Nowym Jorku – komedia, USA 1988, reż. John Landis, 150 min 22.30 Pulp Fiction – dramat sensacyjny, 1994, 185 min 1.35 Grindhouse: Death Proof – thriller, USA 2007, 145 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
7.00 Commonwealth Games – Glasgow 2026 – mag. sportowy 8.00 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Bellwaldzie – podsumowanie 8.30 Pływanie: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 1. dzień 10.30 Kolarstwo: Tour de France – 19. etap: Gap – L'Alpe d'Huez 11.00 Kolarstwo: Tour de France – 20. etap 17.00 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne – 2. etap: Włodawa – Lubartów 18.00 Formula E: ePrix Japonii – 1. wyścig	6.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz ćwierćfinałowy 8.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów 9.45 Siatkówka kobiet: LN – półfinał 12.00 Magazyn Polskiego Sportu – magazyn sportowy 13.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz półfinałowy 15.30 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz półfinałowy Ubiegłoroczne rozgrywki zdecydowanie zdominowały siatkarki Włoch. W tym roku także rozpatrywane są w roli faworytek.	6.00 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA 7.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Legia Warszawa 9.20 Premier League Review – magazyn piłkarski 10.30 Premier League Stories (50) – mag. 11.10 Bohater z Cienia – dok., Polska 11.45 1 na 1 Extra – mag. 13.00 Żużel: Indywidualne Mistrzostwa Polski – 1. runda w Toruniu 16.30 Żużel: Indywidualne Mistrzostwa Polski – 2. runda w Bydgoszczy	5.55 Sportowy wieczór – program informacyjny 6.30 Lekkoatletyka: Mistrzostwa Polski – Białystok 2026 – 1. dzień 8.25 Kamera TVP Sport 9.05 Piłka nożna: Betclif 1. Liga – mecz: Odra Opole – Arka Gdynia 11.10 Piłka nożna: Betclif 2. Liga: Podhale Nowy Targ – Śląsk II Wrocław 13.15 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne – 2. etap: Włodawa – Lubartów 16.15 Lekkoatletyka: Mistrzostwa Polski – Białystok 2026 – 2. dzień	6.00 Najlepsze gole VfL Wolfsburg – mag. 6.20 Birds of paradise – film dokumentalny 7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: FC St. Pauli – Bayern 9.00 Formula 3: Grand Prix Węgier – sesja kwalifikacyjna 10.00 Formula 3: Grand Prix Węgier – sprint 11.15 Formula 2: GP Węgier – sesja kwalifikacyjna 12.10 Formula 1: GP Węgier – 3. sesja treningowa 14.10 Formula 2: Grand Prix Węgier – sprint 15.15 Formula 1: GP Węgier – sesja kwalifikacyjna 18.00 F2: Chasing the Dream – mag. motor.	6.00 Budowa na końcu świata – serial dok. 7.00 Klan z Alaski – dok. 8.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dok. 9.00 Gorączka złota: Na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok. 10.00 Złoto drwali – dok. 11.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (10) – dok. 12.00 Celnicy na straży Niemiec (4) – dok. 13.00 Złomowisko PL 4 (1, 2) – serial dokum. 15.00 Nic do ukrycia 2 (1) 16.00 Przygody truckerki (8) – serial dokum., Pol. 17.00 Cień zarówka przez Afrykę (6) – dok., Pol. 18.00 Ed Stafford: inicjacja – dok.
SZERMIERKA	SPORTY WALKI	DOKUMENTALNY	ZUŻEL	FORMUŁA 1	DOKUMENTALNY
19.00 MŚ – Hongkong 2026 – 1. dzień Kibice poznają indywidualnych medalistów w turnieju floretu mężczyzn i szpadz kobiet. 20.00 Pływanie: Commonwealth Games – 2. dzień 22.30 Szermierka: MŚ – Hongkong 2026 0.00 Biegi górskie: GT World Series	18.00 UFC Fight Night: Magomed Ankalaev – Bogdan Guskov Do oktagonu wraca Magomed Ankalaev, który ostatnio walczył w październiku 2025 roku. Wówczas przegrał z Alexem Pereira. 21.00 Siatkówka kobiet: LN – półfinał 23.00 Siatkówka kobiet: LN – półfinał	20.00 Liderzy. W centrum gry (5): Karol Czubak – Pol. 2026 Od dziewięciu lat żaden Polak nie sięgnął po koronę króla strzelców Ekstraklasy. W sezonie 2025/2026 przed taką szansą stanął napastnik Motoru Lublin. 21.00 Sporty walki: ONE Friday Fights 163 23.30 Liga+ – mag. piłkarski	20.05 Młodzieżowe indywidualne mistrzostwa Polski – Bydgoszcz 2026 Finałową szesnastkę wyłoniły turnieje eliminacyjne. W Bydgoszczy zobaczymy m.in. Bartosza Bańbora. 23.00 Sportowy wieczór 23.30 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne – 2. etap	18.15 Grand Prix Węgier – sesja kwalifikacyjna Ubiegłoroczny wyścig na torze Hungaroring zakończył się triumfem Lando Norrisa. 19.45 Formula 2: Grand Prix Węgier – sprint 21.00 Formula 3: Grand Prix Węgier – sprint 22.15 GP Confidential 22.55 Ligue 1 – magazyn 0.00 Bundesliga Special	19.00 Teorie spiskowe pod lupą – USA Andrew bada teorie spiskowe związane z tajemniczymi obiektami, które pojawiają się nad New Jersey. 20.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (5) 21.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22 (1) 23.00 Złoto drwali

CANAL+



WŁĄCZ FUTBOL



EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	Discovery DISCOVERY LIFE HD
12.30 Szermierka: MŚ LIVE – Hongkong 2026 – 1. dzień 15.00 Triathlon: T100 World Tour – San Francisco 15.15 Triathlon: T100 LIVE World Tour – Londyn 16.30 Pływanie: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 1. dzień 18.30 Kolarstwo: Tour de France – 20. etap 19.00 Golf: 3M Open – 3. runda 0.00 Pływanie: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 2. dzień 1.30 Szermierka: MŚ – Hongkong 2026 – 1. dzień	6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 8.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 11.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 13.00 Tenis: Turniej ATP w Kitzbühel – mecz finałowy gry pojedynczej 16.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 18.30 Tenis: Turniej ATP w Estoril – półfinał gry pojedynczej 20.30 Tenis: Turniej ATP w Estoril – półfinał gry pojedynczej 23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 1.00 Sporty walki: FEN	8.30 Tenis: Turniej WTA w Pradze – ćwierćfinał gry pojedynczej 11.00 Tenis: Turniej WTA w Pradze – ćwierćfinał 13.30 Tenis: Turniej WTA w Pradze – półfinał 15.30 Tenis: Turniej WTA w Pradze – półfinał 17.45 Tenis: Turniej WTA w Pradze – półfinał 20.00 Tenis: Turniej WTA w Pradze – półfinał 22.30 Tenis: Turniej WTA w Pradze – półfinał 1.00 8 wspaniałych (1) – dok. 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa	9.00 KPW – Kombat Pro Wrestling Arena (26) 11.00 WWE Highlights (53) 11.30 WWE Classic Gold (69) 12.00 LoW – Legacy of Wrestling (2) 15.00 WWE Classic Gold (85) 15.40 WWE Highlights (27) 16.00 New Japan Pro-Wrestling (49) 19.00 WWE Highlights (52) 20.00 AEW Dynamite (2629) 22.00 New Japan Pro-Wrestling (50) 0.45 WWE Highlights (54) 2.00 New Japan Wrestling – Highlights (31, 23) 3.00 X Games – Shanghai	10.00 Piłka nożna: Liga francuska: PSG – Lyon 12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Heidenheim 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Como – Inter 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: St. Pauli – Bayern 18.00 Formula 1: GP Belgii 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – AS Roma 22.00 Made in Italy (17) – mag. 22.15 Ligue 1 Show (35) – mag. 22.55 Serie A – mag. piłkarski 0.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lens – PSG	6.30 Szpital (409-412) 10.30 Pojedynek na modę (3) 11.15 Megasknery 2 (7, 8) – dok. 12.45 Klinika bez tajemnic 15.45 Szpital (334-337) 19.45 W czym do ślubu? 20.45 Wielkie wesela amerykańskich Romów 21.45 Nalagowe panny młode 22.45 Mroczne sekrety Playboya (2) – serial dok. 23.45 Sekrety chirurgii (4) 0.45 Sekrety lekarzy (8, 9) 2.35 Eks-tra zmiana (5) – rozr. 3.20 Idealna niania 4 (4) 3.55 19+ (3-5) – serial paradok. 5.10 Niezwykłe przypadki medyczne 3 (1, 2) – dok.
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 5 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
14.50 Strzelnica Navala (1) 15.20 Triathlon: Zawody World Triathlon Championship Series w Londynie – sprint kobiet i sprint mężczyzn 18.50 Boks: Babylon Boxing Show & K1 w Nowym Sączu – waga półciężka: R. Dudek – K. Kalinowski 2 21.40 Z archiwum ESPN – mag. 22.30 Sporty walki: FEN 58 w Częstochowie – walka: W. Bartnik – J. Jedraszczak 0.35 Strzelnica Navala (2) 1.05 Sporty walki: One Punch w Ostrowcu Świętokrzyskim: Adrian Guńia – Rafael Hudson	11.00 Tenis: Turniej ATP w Estoril – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej 13.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 14.55 Futbol amerykański: Europejska Liga Futbolu: Panthers – Alpine Rams 17.00 Tenis: Turniej ATP w Kitzbühel – finał 19.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 21.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 1.00 Sporty walki: Babylon MMA	11.30 Magazyn Metalkas 2. Ekstraklasa – mag. 12.30 Prawo derbów (6) – dok. 13.55 Bohater z Cienia – dok. 14.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Legia Warszawa 16.55 1 na 1 Extra – mag. 17.30 Dart: World Matchplay 21.00 Dart: World Matchplay 0.15 Sporty walki: ONE Friday Fights 163 1.25 Premier League Stories (50) – magazyn piłkarski 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Legia Warszawa	13.00 Bundesliga Special (12) 13.30 Bundesliga Clubs – mag. 14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Hoffenheim – BVB 16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lens – PSG 18.00 Bundesliga Special 19.20 Made in Italy (15, 14, 13) 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Sporting CP – SL Benfica 22.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: SS Lazio – AC Milan 0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: FC St. Pauli – 1. FC Köln 2.00 HHH – Hamburger SV	12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Sassuolo 14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Brestois – Lens 16.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski 16.40 Serie A – mag. piłkarski 17.30 Made in Italy (17, 18) 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Milan – Torino 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Freiburg 22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Toulouse – Lille 0.00 Bundesliga Clubs – mag. 1.00 Potrójna korona Bayernu Monachium	13.35 Tybet kontra Chiny 14.35 Pearl Harbor: Wojna na Pacyfiku – film dokum. 15.35 Mount Everest z góry 16.35 Girl Climber. Wspinaczka – film dokum. 18.05 Victor Wembanyama 19.45 Copa 71 – dok., Wlk. Bryt. 21.20 W królestwie księcia Muhammada ibn Salmana – film dokum., Fr. 22.30 Miły Trener – historia Piotra Jeleniewskiego 23.30 Sekrety Ipanki Billet Vert 1941 – film dok., Fr. 0.40 Aborcja. Polski paradoks – film dok., Fr. 1.45 O co biega? (14) – mag.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	HISTORIA DVB T2	HISTORIA HD
10.00 Jak to jest zrobione? – dok. 12.00 Zwyczajne rzeczy – niezwykle wynalazki (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt. 13.00 Zwyczajne rzeczy – niezwykle wynalazki 16 – dok. 13.30 Zwyczajne rzeczy – niezwykle wynalazki (4) – dok. 14.00 Tajemnice lądowania na Księżyca (1, 2) 16.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok. 18.00 Jak to jest zrobione? – dok. 20.00 Największe paranormalne zagadki – serial dok.	6.00 Wyrok do podważenia – serial dokumentalny 8.00 Krótkie życie, niewyjaśniona śmierć – serial dok. 10.00 Morderstwo na prowincji 6 – dok. 12.00 Demony Hollywood – serial dokumentalny 14.00 Ostatnie wakacje – serial dok., USA 15.00 Morderstwo w tropikach – dok. 16.00 Pogrzebane sekrety – film dok., USA 2025 18.00 Morderstwo na bagnach – serial dokumentalny, USA 20.00 Sprawa dla medium i detektywa 9 – serial dokumentalny	6.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (1, 2) – serial dok., Norwegia 2021 7.55 Ekstremalne zagrożenia (1, 2) – serial dok., USA 2025 10.05 Katastrofa w przestworzach (4, 3, 1, 6, 2, 9) – dok., Kan. 16.00 Car S.O.S. (2) – dok. 16.55 Żelazna kurtyna: Życie pod radziecką okupacją (3) – serial dokum., Francja 2023 18.05 Czechosłowacja: Tajny front zimnej wojny – film dokum., Francja 2022 19.10 UFO: Przelomowe śledztwa (1) – serial dokum., USA 2022	6.00 Wehikuł czasu (725) 48h. Zaginięci (42) – serial krym., Polska 7.00 Rolnicy. Podlasie (51, 52) – serial dok. 9.00 Pociągami po Europie (2) – dok. 10.00 Świat z góry. Podróże pociągami (2) – dok., Wlk. Bryt. 11.00 Bitwy morskie – historia okrętów wojennych (1, 2) 13.00 Rolnicy. Podlasie (13-15) – serial dok. 16.00 Podglądacze przyrody 2 (4, 5) 17.00 Największe statki świata (4) – dok. 18.00 Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły 3 (1) – dok.	8.50 Znak orła (7, 8) – hist. 10.05 Lena na Bałkanach (1) – cykl reportaży 10.40 Podziemne Włochy (8-ost.) – dok., Wł. 2016 11.50 Wszystkie kolory świata – dok., Francja 12.55 Wyspy Kanaryjskie (2) – serial dok., Niem. 13.55 Ex Libris – magazyn 14.30 Pułkownik Kwiatkowski – komediodramat, Polska 1995, 135 min 16.45 Tajemnice kulturowych seriali (6) 17.40 Blisko, coraz bliżej (16) – obycz., Pol. 1986 19.05 Zabójcza nauka 2 (2) – serial dokumentalny 20.05 Bangladesz. Zatoka krwi (2)	12.05 Starożytni kosmici 14 (13) – dok. 13.05 Tajemnice zaginionych miast (1): Angkor – serial dok. 14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 5 (2) – serial dok., USA 14.55 Gwiazdy lombardu 25 (26) – reality show 15.50 Gwiazdy lombardu 13 (20) – reality show 16.15 Piątka z historii (3, 4) – serial dokum. 17.10 Starożytni kosmici 13 (16) – dok. 19.05 Starożytni kosmici 17 (11) – dok. 20.00 Starożytni kosmici 16 (17) – dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	WOJENNY	DOKUMENTALNY
22.00 Kłątwa Trójkąta Bermudzkiego Eksperci zbadać nowe doniesienia dotyczące niewytłumaczalnych zjawisk na tajemniczym obszarze Atlantyku. Zweryfikują teorię o ich związku z kosmitami.	21.00 Tajemnice miast duchów (5, 6) Steve udaje się do Iowa. Podobno mieszkańców rolniczej wioski straszy tam duch dziewczynki. Ekipa trafi na najstraszniejszą zjawę w swojej karierze.	20.05 Miasta w liczbach (8): Whitehorse Życie mieszkańców stolicy Yukonu jest podporządkowane rytmowi natury. Temperatury mogą spaść do -30°C. Miasto zasila energia pochodząca z wiatraków.	19.00 Jak to wyjaśnić 2 (26, 27) – USA 2021 Eksperci wyjaśnią, czy smugi na niebie w Australii są dowodem na istnienie kosmitów. Sprawdzą też, czy w Kalifornii widziano sasquatcha.	21.10 Midway – USA/ FILM Kanada 2019, 145 min Rok 1942. Amerykanie ustalają, że Japończycy po nalocie na Pearl Harbor planują atak na Midway. Pilot Dick Best i jego kompani stają do bitwy, która wpłynie na losy wojny.	21.00 Imperium rzymskie: powstanie i upadek (1) W III wieku p.n.e. po podporządkowaniu sobie całej Italii Rzym wyrósł na potęgę regionu, co negatywnie wpłynęło na relację z Kartaginą. Rywalizacja dwóch mocarstw przetrwała się w zaciętych konfliktach.
0.00 Na tropie legendarnych potworów – dok. 2.00 Tajemnice Alaski 4.00 Zwyczajne rzeczy – niezwykle wynalazki (1, 2) 5.00 Zwyczajne rzeczy – niezwykle wynalazki 16 – dok.	23.00 Miasteczko demonów – serial dokumentalny, USA 1.00 Tajemnice miast duchów (5, 6) – dok. 3.00 Sprawa dla medium i detektywa 9 – serial dokumentalny 4.00 Demony Hollywood – serial dokumentalny	21.10 Zaginięcie skarby Biblii (2, 3) – dok. 23.00 Ciemna strona świata (5, 10) – dok. 1.00 Złapać przemytnika (6) – serial dok., USA 2.00 Wyprowadź na dno (2, 5) – dok., Wlk. Bryt. 4.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy – serial dok.	20.00 Tajemnice zamków (4) – serial dok., Kan. 21.00 Niezwykle konstrukcje 2 (4) – serial dokum. 22.00 Niewyjaśnione zagadki (8) – dok. 23.00 Poza kontrolą: Marsylia. Katastrofa przy ulicy d'Aubagne	23.35 Pluton – dramat wojenny, USA 1986, reż. Oliver Stone, wyk. Tom Berenger, 130 min 1.45 Historia w postaciach zapisana – cykl dokum., Fr. 2007-2026 3.30 Blisko, coraz bliżej (16) – obycz., Pol. 1986	23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 5 (5, 6) – serial dok., USA 0.50 Starożytni kosmici 16 (17) – serial dokumentalny 1.50 Starożytni kosmici 13 (16)
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
8.00 Tropicielek rodzinnych historii (4) – serial dokum. 9.00 Bitwy żołnierza polskiego – cykl dokum. 10.00 Brudne skarby – dok. 12.00 Łowcy staroci (14) – dok. 13.00 Tajemnice ziemi – Hiszpania (8) – dok. 14.00 Wyciągi po antyki – dok. 15.00 Zoom na architekturę 17.00 Muzealne tajemnice 19.00 Na ratunek starociom 20.00 Hazardziści – serial dok. 21.00 Nawiedzona Irlandia 23.00 Złota góra: walka o skarby – serial dok., USA 2.00 Było, nie było (5) – dok. 3.00 Europejskie bazy (5)	13.35 Stormborn – Zrodzone w burzy (2) – serial dokum. 14.45 Zielony lód biegunów 15.50 Matce Bożej (1) – dok., Fr. 16.55 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (3) 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 19.40 Polska z góry 9 (4, 5) 18.45 Dolly Parton – amerykański skarb 20.50 Louis de Funès – król francuskiej komedii 22.00 Dynastia Nehru-Gandhi (2) – film dokumentalny, Fr. 23.10 Mia Farrow. Cienie sławy – film dokumentalny 0.20 Trzy kobiety i wojna	13.00 Katavi – utracony raj Afryki (3) – serial dok. 14.00 Dzikie Wietnam (1) – dok. 15.00 Najgroźniejsze zwierzęta świata: jadowite (1) – serial dok. 16.00 Waran z Komodo – dzień z życia – film dok. 17.00 Zdziszajęca Australia 18.00 Królestwo białego wilka (2) – film dokum., USA 2019 19.00 Porażka drapieżnika (2) 20.00 Europa z powietrza (1) 21.00 Łowca doskonały – dok. 22.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (1) 23.00 Europa z powietrza (4) 0.00 Niezwykły dr Pol (6, 7)	6.10 Zabójcza pogoda 2 11.15 Braterstwo lwów (1-3) 14.35 Historia łwiego stada Marsh (1, 2) – film dokum. 16.45 Weterynarz ze szkockich wyżyn (7, 8) 18.35 Z Davidem Attenborough dookoła świata (3, 4) – cykl dokum. 21.00 Pantery śnieżne z Danem O'Neillem (1, 2) 23.10 Zwierzęta: maszyny doskonałe (1) – dok., Kan. 0.10 Zabójcza pogoda 2 4.35 Weterynarz ze szkockich wyżyn (7) 5.30 Teksas: na ratunek aligatorom (9) – serial dok.	9.55 Londyn Davida Attenborough – film dok. 11.10 Wietnamskie przgody Billa Bailey (1) – dok. 12.20 W okowach mrozu 3 17.15 David Attenborough i cuda natury (2, 3) – dok. 17.40 Najpiękniejsze trasy spacerowe (6) – dok. 18.45 Wietnamskie przgody Billa Bailey (1) – dok. 19.55 Wyspy Pacyfiku (2, 3) 22.00 W okowach mrozu: Kanada 2 (5) – dok., Kan. 23.00 Londyn Davida Attenborough – film dok. 0.15 Na krawędzi katastrofy (4) – serial dok., Wlk. Bryt.	10.00 Na tropie wymarłych gatunków – serial przyrod. 11.00 Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok. 13.00 Alaski: przetrwać na krańcu świata – dok. 15.00 Schroniskowa rewolucja – serial dok. 17.00 Cztery katy, cztery łapy 18.00 Julia kontra węże – dok. 19.00 Jak to robią zwierzęta? 20.00 Na tropie dzikich zwierząt 3 (7, 8) – dok. 21.00 Nowojorskie Zoo – serial dok., USA 22.00 Projekt akwarium – dok. 23.00 Człowiek w roli ofiary 1.00 Nietypowi pupile (4)
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
11.10 Wyspa Świętej Heleny 12.10 Zdziszajęcy świat chrześcizny – film dokum. 13.10 Podróż Malej i Dużej 4 13.35 Tacy byliśmy (6) 14.05 Dzikie imperium (3) 15.05 Narodziny motyla – dok. 16.05 To działa. Polskie innowacje bez granic (3) 17.00 Podróżnicy – odkrywcy 18.05 Sanatorium miłości 6 (5) 19.00 Bruce Willis – bohater kina akcji – film dok., Fr. 20.05 W obronie zwierząt 21.30 Bez maski (1) – film dok. 22.25 Zbieracze butelek – dok. 0.00 Sanatorium miłości 6 (4) 0.55 Podróż z historią (3)	10.50 Anatomia ukryzowania 12.05 Straszliwe potwory morskie – film dokum. 12.55 Top Guns – SuperBroi 13.55 Fabryki wojny (8) – dok. 14.55 Poszukiwacze historii 15.25 Tajemnice Bałtyku i Morza Północnego (4) 16.30 Dziką Polską – film dok. 17.40 Bajeczne żaby – film dok. 18.45 Świat z góry (3, 4) – dok. 19.55 Polowanie na Hitlera 20.50 Miliardowy top 10 (8) – dok. 22.00 Świat z góry. Zamki (4) 23.05 Poza kontrolą. Katastrofa na dworcu w Paryżu – film dok., Fr. 0.20 Kroniki Hitlera (1) – dok.	6.00 Australijskie łowcy bydła (2, 7) – dok., Australia 6.25 Ekstremalna pomoc drogowa (8, 9) – serial dok. 8.15 Ekstremalna pomoc drogowa 2 (1-3) – dok. 11.10 Australijskie poszukiwacze złota 6 16.05 Złoto Yukonu (6-10) – dok. 21.00 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 5 (3) – serial dok., Kan. 2025 22.00 Internetowy seksbiznes 23.00 Morderstwa w krainie Amisów (2) – dok., Kan. 0.00 Ostatni kapitanowie 1.40 Bohaterowie z St. John's (1-6) – dok., Kan.	6.20 Naziści: ściśle tajna nauka (6-8) – serial dok. 9.10 Naziści: korzenie zła (10-12) – serial dokum., Kan. 12.05 Życie prywatne przywódców Rzeszy (1-4) – serial dokumentalny 15.55 Dzikie Zachód (5, 6) – dok. 17.55 Konkwesty: powstanie i upadek (1-3) – serial dok., Wlk. Bryt. 2023 21.00 Wojna Adolfa Hitlera (4-6) – serial dokumentalny 0.15 Wojna światowa: 1914-1945 (6-8) – dok. 2.55 II wojna światowa: ostatnie miesiące (1, 2) 4.25 Zakazana historia 7 (1, 2)	16.00 Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach (1) – dok. 17.00 Pogrzebani za domem 6 (12) – serial dokumentalny 18.00 Dowody zbrodni: Wielka Brytania (8) – serial dok. 19.00 Tajemnice sekt: poligamia (4) – serial dok. 20.00 Morderstwo na Manhattanie – dok. 21.00 Kobiety z piekła rodem 22.00 Protokół zbrodni (4) 23.00 Najgroźniejsi seryjni mordercy (3) – serial dok. 23.55 Chippendales: mroczne sekrety (3) – serial dok. 0.50 Ktoś ma coś do ukrycia	6.00 Andrzej Bargiel – Snieżna Pantera (1, 2) 8.05 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta 10.10 Niezwykłe Stany Prokopa (10, 11, 1, 2) 12.15 Baseny z rozmachem 14.20 Ciężarówka przez Stany 15.55 Człowiek kontra jedzenie (30-33) – mag. 18.00 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta (1-4) 20.05 Nagi instykt przetwarzania (13, 14) 22.10 Azja Express (4) 23.45 Górskie potwory (7, 8) 1.50 Hotelowe rewolucje 4.50 Dziwaczne potrawy (5)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
12.40 Sto minut wakacji 13.15 UNESCO: Skarby Polski – serial dokum. 13.50 Ranczo Wilkowyje – komedia, Polska 2007, 105 min 15.35 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin. 16.05 Świat w obłokach – muzyczni spadkobiercy 17.00 Telexpress 17.25 Ja wam pokażę! (13-ost.) – obycz., Pol. 18.15 Wojna domowa (15-ost.) – obycz., Pol. 19.00 63. KFPP w Opolu – Superjedynki 19.30 Program informacyjny 19.30 19.55 Pytanie dnia – publ.	12.20 Prywatne życie zwierząt 14 (10) 12.55 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 (39) 13.50 Postaw na milion 15.45 Moje przeboje (1) 16.25 Omnibus – szybcy i mądrzy (13) – telet. 16.50 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (13) 17.10 Omnibus – szybcy i mądrzy (14) – telet. 17.40 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (14) 18.00 Koło fortuny (1984) 18.40 Moje przeboje (3) 19.15 Olga Lipińska zaprasza (11) 20.00 Program rozrywkowy	6.00 Komisarz Mama (29, 30) – serial krym. 8.00 Bogaty dom – biedny dom (143, 104, 128) – reality show 11.00 Polacy za granicą – miłość (8) – serial dok., Polska 2025 12.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów (53, 54) – pr. rozrywk. 14.00 Nasz nowy dom (244) – reality show 15.00 Walka o życie (5) – serial dok., Pol. 2025 16.00 Kolacja w ciemno (7, 8) – program rozrywkowy 18.00 Nasz nowy dom (245, 246) – reality show, Polska	6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (197) – reality show 7.00 Galileo (1198, 1199) – popularnonaukowy 9.05 #Jesteśmy dla dzieci – magazyn 9.30 Galileo (1200) – pr. popularnonaukowy 10.35 Mini Galileo (89) – pr. popularnonaukowy 10.55 Galileo (1182, 1183) – popularnonaukowy 13.05 Mini Galileo (25) – pr. popularnonaukowy 13.20 Podróże Guliwera – kom. przyg., USA 2010, reż. Rob Letterman, 100 min 15.00 Policjanci i Policjanci (1396-1400) – obycz.	9.45 Express – pr. inform. 10.05 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (13) 11.05 Nic do zgłoszenia 6 (10) – serial dokum. 12.05 Zakup w ciemno extra (40) 12.35 Zakup w ciemno 6 (5-7) – reality show 15.45 Express – pr. inform. 16.05 Idź na całość 2 (18) 17.05 Usterka 14 (15) 17.45 Express – pr. inform. 18.00 Pogoda, sport 18.10 Zakup w ciemno 6 (4) – reality show 19.05 Zakup w ciemno extra (39) 19.45 Express – pr. inform. 20.00 Idź na całość 2 (15) 21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (6)	5.15 Damy i wieśniaczki. Ukraina 7 (8) – serial fab.-dokum. 6.10 Anatomia piękna 2 (10) – program rozrywk. 7.05 Co za tydzień – mag. 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn 11.25 Jestem z Polski (1-3) – serial dok., Pol. 2020 14.35 Kobieta na krańcu świata (4) – dok., Pol. 15.35 Projekt City (3) – rozr. 16.05 Bitwa o gości (7) – reality show 17.05 Będzie pięknie (8-ost.) – pr. rozrywk. 18.05 Ugotowani (11) – pr. kulin.-rozrywk. 19.05 Kuchenne rewolucje (10, 11) – program rozrywkowy
KRYMINALNY	ROZRYWKOWY	ROZRYWKOWY	KRYMINALNY	SERIAL	DOKUMENTALNY
20.20 Zatoka szpiegów 2 (11) – Polska 2025 Bergman zatrudnia Wulfa, aby odnalazł zdrajcę w Kriegsmarine. Franz stara się zbliżyć do adiutanta dowódcy. Brytyjski wywiad podejrzewa go jednak o zdradę. 21.15 Miłość jest blisko – komedia romant., Polska 2021, 110 min 23.05 Wschód Kultury. Europejski Stadion Kultury 2026 – Koncert Kolektywów – koncert 0.25 Dobry żart (3) – rozr.	20.25 Kabaret Letnią Porą (15, 16) Cykl przypomina najbardziej udane skecze, piosenki i monologi popularnych polskich grup. Widowisko przedstawione jest w przyjemnej, letniej konwencji. 22.20 Postaw na milion – teleturniej 0.20 Koło fortuny (1984) 1.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (13) – telet. 1.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (13) 1.55 Omnibus – szybcy i mądrzy (14) – telet.	20.00 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami (157) W tej edycji widzowie mogą podziwiać m.in. Magdę Mołęk, Grażynę Szapolańską i Macieja Kurzajewskiego. Ich występy oceniają m.in. Iwona Pavlović i Rafał Maserak. 22.30 Hardcorowa miłość (3) – serial dokum., Pol. 23.00 Gry małżeńskie (188, 189) 1.00 Kolacja w ciemno (7, 8) – pr. rozrywk. 3.05 Wieżienie kobiet (47, 48) – serial dok. 4.00 Zdrady (187, 188)	20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (133-136) Gzymski i Dąbek badają sprawę pobicia 15-letniej Natalii, która walczy o życie. Ojciec twierdzi, że nie miała wrogów, lecz śledczy ustalają, że niedawno została zgwałcona. 0.00 Gwiazdy Kabaretu (163, 164) – pr. rozr. 2.05 STOP Drogówka – magazyn policyjny 3.05 Interwencja – mag. 3.25 Lubie disco! (288) 4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz. 5.30 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.	22.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (9) – Polska 2026 Tym razem widzowie poznają historię Stasi ze wsi Plemięta oraz Bożenki – elegancistki z Katowic. Ta zamiana ról będzie bardzo dużo kosztowała obie kobiety. 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (3) 0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 18 (6) 1.00 Diabelnie boskie 2 (19, 20) – reality show 1.55 Zapukaj do moich drzwi (132, 133) – telen., Turcja 2020 3.55 Detektywi (39)	21.10 Kate. Narodziny księżnej (2/3) Autorzy prezentują życie Kate Middleton od czasu narodzin w 1982 r. aż po dzień dzisiejszy. Widzowie dowiedzą się m.in., w jakich warunkach zdobywała wykształcenie. 22.15 Ślub od pierwszego wejrzenia (5, 6) 0.25 Śluby marzeń (2) 1.25 Seks – wypadki (7, 8) 3.20 Wiem, co jem, i wiem, co kupuję (9) – mag. poradnikowy 4.05 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (9) – mag. poradnikowy
TVP HD	TVS	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA	TVN TURBO
8.55 Ojciec Mateusz 23 (298, 299) – krym., Pol. 2020 10.45 Czy wiesz, że? (290) 11.20 Na sygnale (686, 687) 12.25 Ojciec Mateusz 7 (94) 13.20 Komisarz Alex 5 (58) 14.15 Ranczo 9 (115, 116) 16.10 Postaw na milion – telet. 17.10 Okrasa łamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 26 (337) 19.20 Ranczo 9 (112-114) 22.20 Parker – film sensacyjny, USA 2013, 130 min 0.30 Profilierka Jastrzęb (13) 1.30 Klangor (1, 2) – krym., Pol. 3.40 Samiec alfa – czarna 1.00 komedia, Pol. 2022, 125 min	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 Koncert gwiazd TVS – rozgrywka – pr. muz. 12.35 Przy muzyce po Śląsku 13.35 Kluchy i Lachy – pr. rozr. 14.00 Ślązowerowa lista – muz. 16.00 Koncert zyczeń 17.45 Przy muzyce po Śląsku 18.25 Śląska kuruzela – muz. 19.55 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk. 22.00 Koncert w TVS – pr. muz. 23.45 Ślązowerowa lista – muz. 1.40 Program muzyczny	9.00 Jakubiak rozgryza Chorwację (1) – mag. 9.35 Wojciech Cejrowski – boso przez świat 12.55 Sensacje XX wieku 15.20 Cztery pancerni i pies (5, 6) – wojenny, Pol. 1966 17.50 Gang Olsena: Paryski plan – komedia kryminalna, Dania 1981, 120 min 19.50 I love kabaret EXTRA (1) 20.00 Hit polskiego kabaretu 7 (10) – pr. rozr. 21.00 Szpica – komedia sens., Chiny 2020, 125 min 23.05 Adam Szuka Ewy. Niemcy (6) – pr. rozrywk. 0.15 Magia nagości. Włochy	11.00 Rodzina Chantel 3 12.00 Rodzina 10+ 8 (12) – rozr. 13.00 Moje paranoje – wydanie specjalne 2 14.00 TLC Top 10 (3, 4) – pr. rozr. 16.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show 18.00 Wiza na miłość 12 20.00 Baylen – życie na głos 3 21.00 Design w australijskim stylu – program rozrywk. 22.00 Gdy jeden mąż to za mało – reality show 23.00 Moje paranoje – wydanie specjalne 2 0.00 Dr Przyszczyla – dok., USA 1.00 Baylen – życie na głos 3 – serial dokumentalny, USA	15.40 ABC gotowania – kuchnia amerykańska 16.05 M jak mięso 4 (7, 8) – dok. 16.55 Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku (2) 17.50 Ekiporady z Julią Oleś 2 (3) – magazyn kulinarny 17.55 Jakubiak rozgryza Polskę (9, 10) – mag. kulin. 18.50 Jedź, podróżuj, smakuj 19.50 Podróże piekarza z Hebrydów (2) – dok. 20.45 Kulisy wielkiej kuchni 21.40 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia 2 (2) – pr. rozr. 22.35 Kuchenny recykling	9.35 Cieciarówką przez Stany 12.30 Wojny samochodowe 15.30 Zawodowi handlarze 17.00 Mobilni mechanicy 18.30 Usterka 16 (14, 15) – serial fab.-dokum., Polska 2025 19.30 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (5) – rozr. 20.15 Z drugiej ręki (9) – mag. 21.00 Naprawy nie do naprawy (5) – mag. 21.45 Moto kombi (6) – mag. 22.25 Zawodowi handlarze 23.10 Wojny samochodowe (9) 0.10 Duda kontra Szafrański (3) – program rozrywkowy 0.55 Niebezpieczne dzielnice (7) – serial dok., Polska 2024
NOWA TV	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO	HGTV
6.00 Wehikuł czasu (725, 726) 6.20 TV okazje (13, 14) 6.55 Wehikuł czasu (725, 726) 7.30 Interwencja – taka jest Polska (564) – mag. 8.20 Frieren. U kresu drogi 9.30 Dragon Ball Z Kai 2 13.00 One Punch Man (11, 12) 14.00 Co ludzie powiedzą? 3 (18-20) – serial komediowy 16.00 Miodowe lata (83-86) 19.45 Poirot 5 (1-4) – serial krym. 0.00 Śiad (77) – krym., Pol. 2019 1.00 Łowca pedofilów 3.00 TV okazje (14, 15) 3.50 Wehikuł czasu (725, 724) 4.00 Sala operacyjna (5, 7) 5.00 Pod lupą (1, 2) – magazyn	9.45 The Floor (19) – teleturniej 10.55 Złomowisko PL 6 (7, 8) 13.00 Formula E 14.15 Makłowicz w Polsce (8) 14.50 Jak zostać pilotem 15.50 Niezwykłe Stany Prokopa 6 (1) – pr. rozr. 16.50 Jestem z Polski (2) – dok. 17.50 Kryminalni 4 (5, 6) – krym. 20.00 Lejdis – komedia, Polska 2028, 175 min 22.55 Mroczny rycerz – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2008, 170 min 1.45 Szpica (804) – paradok. 2.50 Szkoła (547, 548) 4.50 Nowa Majka w ogrodzie 5 (11) – mag.	9.10 Australijskie poszukiwacze złota 4 (5-8) – serial dok., Australia 13.10 Cieciarówką przez Śniegi 2 (6-8) – serial dok. 16.05 Cieciarówką przez Śniegi 3 (1, 2) – serial dok. 18.00 77 TV 2 (8) – pr. rozrywk. 19.00 77 TV 5 (21) – pr. rozrywk. 20.00 Morderstwa we Francji – Pont-Aven – film krym., Francja 2022, 120 min 22.00 Porwanie Hannah Anderson – film krym., USA 2015, 115 min 23.55 Toni Braxton: nie lam mi serca – dramat biograf., USA 2016, 105 min	14.00 Pokochoł lub sprzedaj Quebec 4 (9) 15.00 Policjanci z sąsiedztwa 4 (30) – dok. 16.00 Policjanci z sąsiedztwa 8 (1) – dok. 16.50 Pogoda 17.00 Policjanci z sąsiedztwa 8 (2) – dok. 18.00 Strażacy z sąsiedztwa 2 (7) – serial dok., Polska 2026 19.00 Policjanci w akcji (2) 20.00 Policjanci z sąsiedztwa 8 (3, 4) 21.55 Pogoda 22.00 Mistrzowie Kabaretu 5 23.00 Mistrzowie Kabaretu 12 (3) – program rozrywkowy	14.10 Wielkie projekty: Australia 11 (4) – dok. 15.15 Wielkie projekty: Nowa Zelandia (8) – serial dok. 16.10 Przekopie Ci ogródek (4) – serial dok. 16.40 Mam zamek 3 (3, 4) – dok. 17.35 Kupione i co dalej? 3 (1) 18.00 Daleko od miasta 13 18.55 Zbudujemy ten dom 20.00 Adres: rezydencje marzeń (8) – serial dok. 21.00 Wielkie projekty: Australia 12 (4) – dok. 22.00 Generalna odbudowa 2 22.55 Luksusowa ucieczka 7 23.50 Wielkie projekty: Australia 10 (6) – dok.	12.35 Kolekcjonerski obłęd wart miliony (5, 6) – rozr. 13.35 Weekendowe metamorfoza 3 (7, 8) 15.30 Kamera, akcja, wpadka! 17.05 House Hunters – Poszukiwacze domów 6 (9, 10) – pr. rozr. 18.10 House Hunters – Poszukiwacze domów 7 (1) – pr. rozrywk. 18.45 Będzie pięknie (3) – rozr. 19.45 Weekendowe metamorfoza 5 (3, 2) 21.35 Mieszkanie na miarę (4) 22.30 Mieszkanie na miarę 2 23.30 Usterka 11 (2, 29, 31) – serial fab.-dok., Pol. 2019

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Nasz nowy dom (315) – reality show 7.30 Ewa gotuje (565, 566) – magazyn kulinarny 8.30 Z klimatem i z pasją (252) – program publicystyczny 9.00 Dlaczego ja? (1403-1407) – serial paradokmalny, Polska 2025 14.00 Sekrety rodziny (164) – serial paradokum., Pol. 2020 15.05 Wzięcie kobiet (133, 134) – serial dokumentalny, Polska 16.00 Nasz nowy dom (367) – reality show 17.10 Polsat Hit Festiwal 2026 (4) – koncert	6.05 Wydarzenia 6.40 SuperLudzie 2 (24) – serial dok., Pol. 2018 7.15 Była sobie Ziemia (26, 1-4) – serial anim. 10.00 Spider-Man: Bez drogi do domu – film przygodowy, USA 2021, reż. Jon Watts, wyk. Tom Holland, Zendaya, 180 min 13.00 Świat według Kiepskich (572-575) – kom., Pol. 2019-2020 15.00 Złomiarze (2, 3) – serial dok., Pol. 2024 17.00 Świat według Kiepskich (578-581) – serial kom., Pol. 2021 19.00 Kolacja w ciemno (19, 20) – program rozrywkowy	6.00 Cudownych rodziców mam (14) – cykl felietonów 6.15 Jeźdźcy smoków – serial animowany 7.40 Trolle – film animowany, USA 2016, reż. Mike Mitchell, 110 min 9.30 Cobra Kai (34-36) – serial przygodowy 11.35 Strażnik Teksasu (13, 14) – serial sens., USA 1998-1999 13.30 Poirot (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt. 15.50 Columbo (23, 24) – serial kryminalny 20.00 CSI: Kryminalne (67, 68) – serial kryminalny, USA 2004	6.00 Z pamiętnika położnej 11 (5, 6) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2022 8.00 Co ludzie powiedzą? 3 (3) – serial kom., Wlk. Bryt. 8.40 McDonald i Dodds 3 (2) – serial kryminalny 10.30 Morderstwa w Midsomer (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 1997 12.50 Ojciec Brown 8 (8-10) – serial krym., Wielka Brytania 2020 15.50 My Life is Murder 5 (2, 3) – krym., Australia/Nowa Zelandia 2025 17.45 Z pamiętnika położnej 10 (2) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2021	7.30 Male i duże przygody Miffy (29) 7.40 Prys i Bill (30) – anim. 7.50 Czarodziejskie miasteczko Pinokia 8.10 Piotruś Królik (56) 8.20 Piotruś Królik 2 (57) 8.35 Wegezaury 2 (29) 8.40 Świnka Peppa 6 9.00 Tru i Tęczowe Królestwo (3) – anim. 9.30 Studio Stodola (9) 10.00 Kocie kalamburki (16, 17) – pr. dla dzieci 10.20 Olimpiada Bolka i Lolka (3, 4) – anim. 10.45 Rodzina Treflików 5 (59, 60) – serial anim. 11.10 Odo (85-87) – anim. 11.35 Stacyjkowo (37, 38) 11.55 Pszczółka Maja (29) 12.25 Domisie – dla dzieci	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 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 18.30 Serwis informacyjny – magazyn filmowy 19.05 Kadr na Kino 19.15 Serwis informacyjny 19.25 Fakty po Faktach – program informacyjny 20.00 Superwizjer – magazyn reporterów
KOMEDIA KRYMINALNA	SENSACYJNY	KRYMINALNY	KRYMINALNY	MAGAZYN KULINARNY	TRANSMISJA
20.35 21 Jump Street – USA 2012, 130 min FILM Policjanci Schmidt i Jenko zostają skierowani do jednego z liceów, aby wykryć dilerów narkotyków. Udają uczniów. Szybko się przekonują, że czeka ich nie lada wyzwania. 22.45 Zamiana ciał – kom., USA 2011, 140 min FILM 1.05 Terminator 3: Bunt maszyn – film s.f., USA/Niemcy/Wielka Brytania 2003, 140 min 3.25 Ewa gotuje (493) 3.55 Świat według Kiepskich (32) – kom. 4.30 Wydarzenia	21.00 Błękitna głębia – USA 2005, 130 min FILM Młodzi pletwonurkowie Jared i Sam chcą odnaleźć skarb w zatopionym statku. Podczas nurkowania natrafiają na samolot z narkotykami. Narazają się gangsterom. 23.10 S.W.A.T. Jednostka specjalna – film sensacyjny, USA 2003, 150 min FILM 1.40 Backdoor. Wyjście awaryjne (9) – kom. 2.10 Świat według Kiepskich (446-448) 3.50 Nasz nowy dom (283, 284)	22.00 Kości (125, 126) – USA 2011 Na bagnach znaleziono zwłoki strażnika z Muzeum Żeglugi. Brennan i Booth dowiadują się, że ukradł on fragment mapy wskazujące miejsce zatopionego skarbu. 0.00 W lesie dziś nie zaśnie nikt 2 – horror, Polska 2021, 125 min FILM 2.05 Krejzj patrol (46) – serial krym., Polska 2.40 Kochane pieniądze (22-24) – paradok., Pol. 5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.	18.50 Śmierć z dala od palm (5) Martha musi poważnie przemyśleć kilka spraw. Tajemniczy podpalacz atakuje w trzech miejscach. Jego działania nawiązują do bajki o trzech małych świnkach. 19.55 Śmierć pod palmami 3 (5) – krym. 21.00 Annika (5) – krym. 22.05 Milczący świadek 23 (1, 2) 0.25 Zaproszona (1) 1.40 Śmierć z dala od palm (5) – serial krym. 2.45 Z pamiętnika położnej 11 (5, 6)	13.00 Go-tu-jemy (17, 18) Ekipa zaprasza na kulinarną wyprawę do północnej Afryki, skąd pochodzą pyszne marokańskie bułeczki. 13.20 Tru i Tęczowe... (29) 13.45 Świnka Peppa (7) 13.50 Świnka Peppa 8 14.10 Pająk Lucas 2 (57, 58) 14.30 Oli i Luna (57, 58) 14.55 Oktonauci 2 (57, 58) 15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (29) – mag. 15.40 Bella i Sebastian 16.10 Pat i Świat 2 (85, 86) 16.35 Dino Ranczo 17.05 Pszczółka Maja 17.30 Robin Hood	21.00 Koncert z okazji 82. rocznicy Powstania Warszawskiego Premierowe widowisko inspirowane powstałym latem 1944 roku i odnoszące historyczne doświadczenia do współczesnych emocji w czasach niepokoju. 22.00 Szkoła kontaktowe 23.00 Dzień po dniu – mag. 0.00 Fakty po Faktach 0.40 Superwizjer – mag. 1.45 Nic do zgłoszenia (4) – serial dok., Pol. 2025 2.40 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
POLSAT PLAY HD	FOOD NETWORK HD	POLSAT RODZINA HD	BBC LIFESTYLE HD	NICK JR. HD	POLSAT NEWS HD
6.00 Dorwać tuńczyka 9.15 Poszukiwacze historii 10.10 Hitlerowsy poszukiwacz skarbów 13.10 Kobiety Trzeciej Rzeszy (1, 2) – film dokum., Fr. 2021 15.35 Tajna historia XX wieku 16.00 Pościgi (7, 8) – serial dok. 17.00 Polacy za granicą (156) 18.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (31-33, 226) 20.05 Wakacje z Bałtykiem (23-26) – serial dokum., Pol. 22.00 Polacy za granicą (158, 146) – serial dok., Pol. 0.05 Łowca pedofili 2.00 Jedziemy na ryby! 4.05 Starożytni kosmici	8.55 Dziwaczne potrawy (8) 9.50 MasterChef (12) – pr. rozr. 11.25 Wakacyjny turniej wypieków 2 (4) 12.25 Kuchnia jak u mamy 13.35 Czas na deser (3, 4) 14.40 Moly gotuje na farmie 15.45 Kobieta na Dzikim Zachodzie (2, 3) – mag. 16.50 Gotowanie z miłości 17.50 Elitarny turniej wypieków (5) 18.50 Dziwaczne potrawy (8) 19.45 Człowiek kontra jedzenie (20-22) – mag. 21.15 Kuchenne rewolucje 23.25 Jedzenie w trasie (4, 6) 1.35 Rozdrzącań tytanów 2	12.00 Rodzina zastępcza (4-7) 14.10 Tajemnice Bałtyku i Morza Północnego (4) 15.15 Titanic. Budowa giganta – film dok., Francja 2021 16.30 Świat z góry (2, 3) – dok. 17.45 Śasiedzi (34, 35) – anim. 18.10 Pingwiny z Madagaskaru (15, 16) 19.05 Co ludzie powiedzą? (1-3) – serial kom., Wlk. Bryt. 21.00 Miodowe lata (94) – kom. 22.00 Jak długo jeszcze? – komedia, USA/Kanada 2007, 115 min 23.55 Broń w hollywoodzkich filmach (7, 8) – serial dok. 1.00 Historia czołgów (4)	6.25 Hotel Savoy (1-4) – dok. 10.10 Hotel Savoy 2 (1-4) – dok. 14.05 Hotel Four Seasons przy Park Lane (1-4) – dok. 18.00 Psijalece w potrzebie (3) – program rozrywkowy 19.00 Majorka: śródziemnomorskie smaki (3) – dok., Wlk. Bryt. 19.40 Wielkie amerykańskie wypieki 7 (3, 4) – pr. rozr. 22.00 Psijalece w potrzebie (3) – program rozrywkowy 23.00 Wstydlive choroby: online 2 (4, 5) – serial dok. 0.45 Hotel Savoy (1-4) – dok. 4.15 Wielkie amerykańskie wypieki 7 (3, 4) – pr. rozr.	17.05 Rubble i jego ekipa 4 (3) 17.35 Pan Krokodyl (4) – anim. 17.55 Barabapa – szczęśliwa rodzinka (11) – serial anim. 18.10 Barabapa i jego rodzinka 2 (18) – anim., Fr. 18.40 Dora 4 (2) – serial anim. 19.00 Santiago z móż (13) 19.30 Przygody Misia Paddingtona 2 (17) 19.55 Przygody Misia Paddingtona (13) – anim. 20.07 Świnka Peppa 3 (25, 26) 20.17 Świnka Peppa 4 (1, 2) 20.31 Świnka Peppa (13) 20.36 Świnka Peppa 5 (3, 4, 6) 20.55 Barabapa i jego rodzinka (2-4) – anim., Fr.	15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 15.30 Sport, pogoda 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 Czysta Polska – pr. inf. 17.10 Interwencja – taka jest Polska – mag. reporterów 18.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 18.35 Debaty polityczne – publ. 19.15 Prezydenci i premierzy 19.50 Dobry wieczór, Polsko 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie – pr. inf. 23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny 0.00 Interwencja – taka jest Polska – mag. reporterów
Kobieta DVB-T2	E! ENTERTAINMENT HD	TV TRWAM DVB-T	BBC BRIT HD	MINI MINI+ HD	TVP 3 DVB-T2
13.00 Wielkie misje kosmiczne – serial dok. 14.00 Rodzinka.pl (156, 157) 15.00 Tańcząca ze światem – Chorwacja (2) – mag. 15.30 Ojciec Mateusz 3 (41, 42) – serial kryminalny, Polska 17.25 Wielkie misje kosmiczne – serial dok. 18.30 Feel na dobry wieczór 19.30 Miłość i nadzieja (315) 20.30 Wichrowe wzgórza (296) – serial obycz., Turcja 2024 21.30 Lina (3) – serial fantasy, Fr. 22.30 Dusigrosz – komedia, Francja 2016, 100 min FILM 0.10 Maxima. Droga na tron (4) – serial biograficzny, Hol.	10.40 Plastyczna fuszarka 12.30 Z kamerą u Kardashianów 15 (5, 6) 14.20 Bogate dzieciaki 16.10 Plastyczna fuszarka z Beverly Hills (3, 4) – dok. 18.10 Plastyczna fuszarka 20.00 Ogłdaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 18.30 Z kamerą u Kardashianów 15 20.30 Bogate dzieciaki 22.30 Plastyczna fuszarka z Beverly Hills (5, 6) – dok. 0.30 Ogłdaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 1.00 Z kamerą u Kardashianów 15 (5, 6) 3.00 Plastyczna fuszarka	17.00 Stanisław Kulon – świadek Sybiru 17.30 Przelamując bariery 17.55 Poczet wielkich Polaków – program hist. 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokonane – pr. publ. 19.30 Manna z Nieba 19.45 Modlitwa – religijny 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc historią – cykl fel. 21.00 Apeli Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Warto być ojcem – mag.	10.10 Allo, alo! 5 (23-25) – kom. 12.00 Strzałak Sam 16 (13, 14) 13.55 Cuda inżynierii (1, 2) 15.55 Cuda inżynierii kolejowej (5) – serial dok. 16.55 Wynalazki, które zmieniły świat (3) – dok. 18.00 Inżynierowie Hitlera: budowa III Rzeszy (5, 6) 20.00 Legendarne samoloty gąsienic: ostatni lot (1) 21.00 Cuda inżynierii kolejowej (5, 6) – dok. 23.00 Zielensky Story (1) – dok. 0.00 Putin i Zachód (3) – dok. 1.15 Cuda inżynierii kolejowej (5) – serial dok.	14.00 Bing (40, 41) – serial anim. 14.20 Strzałak Sam 16 (13, 14) 14.45 Looloo Kids (33) – anim. 15.01 Gazu, pieski, gazu! 2 (2) 15.28 Kicia Kocia 2 (12, 13) 15.45 Jężyk Happy (20, 21) 16.02 Marta mowy (16) – anim. 16.30 Zouk (13, 14) – serial anim. 16.56 Ciekawski George (5, 6) 17.50 Moje urodziny – dla dzieci FILM 17.55 Barbie i Teresa – przepis na przyjaźń – film anim., USA 2025, 63 min 18.58 Basza oczka (5-9) 19.40 Smerfy (15) – serial anim. 20.08 Cloudy & Stormy (1-4) 20.35 Dolina Muminków (2) 21.01 Wierszki domowe (14)	12.05 Lato na ROD'os 12.35 Rączka gotuje 13.10 Regiony na TAK 13.30 Program lokalny 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny 15.25 LIVE Piłka nożna: Betlic 1. Liga – mecz: Lechia Gdańsk – Pogoń Grodzisk Mazowiecki 17.30 Program lokalny 20.00 Dziennik regionów – inf. 20.13 Gość Regionów – pr. publ. 20.30 Piosenka od Ciebie 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów – inf. 22.30 Kryminalna siódemka 23.00 Piosenka od Ciebie

Warto zobaczyć

13.50
POLSAT **Paddington 2**
FAMILIJNY Przybyły z Peru miś mieszka z rodziną Brownów w Londynie. Wpada w tarapaty i trafia do aresztu. Zaprzysiężnia się ze skazańcami. Reż.: Paul King, A: Hugh Bonneville, Sally Hawkins, Hugh Grant USA/Wlk. Bryt. 2017 **140 min** ▶ do godz. 16.10

14.35
TVP HISTORIA **Midway**
WOJENNY Japońska marynarka atakuje bazę Pearl Harbor. Dick i jego kompani stają do bitwy, której wynik wpłynie na przebieg wojny. Reż.: Roland Emmerich, A: Ed Skrein, Patrick Wilson, Woody Harrelson USA/Kanada 2019 **140 min** ▶ do godz. 16.55

15.55
TV 4 **Bez hamulców**
SENSACYJNY Kurier Wilee ma przekazać klientowi tajemniczą kopertę. Przesyłką interesuje się skorumpowany policjant Bobby Monday. Reż.: David Koepp, A: Joseph Gordon-Levitt, Michael Shannon USA 2012 **120 min** ▶ do godz. 17.55

17.45
TVN 7 **10 000 lat przed naszą erą**
PRZYGODOWY Grupa wojowników uprowadza ukochaną myśliwego. Ten z kompanami rusza na ratunek. Reż.: Roland Emmerich, A: Steven Strait, Camilla Belle, Affif Ben Badra USA 2008 **135 min** ▶ do godz. 20.00

18.00
TV PULS **Za jakie grzechy, dobry Boże?**
KOMEDIA Claude i Marie nie akceptują swoich zięciów. Czarę gorczy przelewa wybranek najmłodszej z córek. Reż.: Philippe de Chauveron, A: Christian Clavier, Chantal Lauby, Ary Abittan Francja 2014 **120 min** ▶ do godz. 20.00

18.00
COMEDY CENTRAL **Choć goni nas czas**
KOMEDIODRAMAT Chory na raka miliarder w szpitalu dzieli pokój z mechanikiem. Mężczyźni chcą razem wykorzystać czas, który im pozostał. Reż.: Rob Reiner, A: Jack Nicholson, Morgan Freeman, Sean Hayes USA 2007 **120 min** ▶ do godz. 20.00

20.00
PULS 2 **Noc rekinów**
THRILLER Sara i jej przyjaciele wypoczywają nad zatoką. W pobliskich wodach czają się rekiny. Nie są one jedynym zagrożeniem. Reż.: David R. Ellis, A: Sara Paxton, Dustin Milligan, Chris Carmack USA 2011 **95 min** ▶ do godz. 21.35

21.20
TVP HISTORIA **Człowiek z żelaza**
SPOŁECZNY Rok 1980. Dziennikarz ma zrealizować reportaż kompromitujący działacza strajkowego. Gdy poznaje jego historię, rezygnuje. Reż.: Andrzej Wajda, A: Jerzy Radziwiłowicz, Krystyna Janda Polska 1981 **160 min** ▶ do godz. 00.00

→ filmowe



Skeeter nie godzi się z rasizmem. Wydaje książkę, która przysparza jej wrogów.

19.55 Służące

POLSAT **OBYCAJOWY** Odważne działania bezkompromisowej pisarki stają się początkiem rewolucji społecznej.

HIT DNIA Missisipi, lata 60. XX wieku. Niepokorna Skeeter po zakończeniu studiów pragnie realizować swoje pisarskie ambicje. Na przekór konserwatywnemu otoczeniu nie widzi siebie w roli żony i matki. Z niechęcią obserwuje małymieścickowy świat, w którym obowiązuje segregacja rasowa.

Czarnoskóre służące nie mają nawet prawa korzystać ani z tych samych sztuczków, ani toalet co panie domu. Stoją niżej w hierarchii społecznej i bez cienia buntu muszą znosić przez całe życie kolejne upokorzenia. Skeeter decyduje się napisać książkę o tajemnicach pogardzanej mniejszości. Poruszając



niebezpieczny temat, naraża nie tylko swoje imię, lecz także życie wielu osób. Skandal staje się jednak początkiem doniosłych zmian, o których nikt wcześniej nie śmiał nawet marzyć. **HD 190 min** ▶ do godz. 23.05

USA/Indie/ZEA 2011 Reż.: Tate Taylor Wyst.: Emma Stone, Viola Davis, Bryce Dallas Howard, Octavia Spencer



19.45 Transformers: Wiek zagłady

SCIENCE FICTION Mija kilka lat od bitwy robotów. Cade (Mark Wahlberg) kupuje ciężarówkę. Nie wie, że to przywódca Autobotów. Wraz z bliskimi zostaje wciągnięty w wojnę ludzi i maszyn.

Reż.: Michael Bay Wyst.: Stanley Tucci USA 2014 **HD 210 min** ▶ do godz. 23.15



21.20 Nie powiesz nikomu?

KOMEDIA ROMANTYCZNA Samolot, którym leci Emma (Alexandra Daddario), wpada w turbulencje. Dziewczyna czuje, że zginie. Zwierza się siedzącemu obok Jackowi. Ma to zaskakujące skutki.

Reż.: Elise Duran Wyst.: Tyler Hoechlin USA 2019 **HD 100 min** ▶ do godz. 23.00



20.00 Tango i Cash

SENSACYJNY Policjanci Ray (Sylvester Stallone) i Gabe (Kurt Russell) przeszkadzają szefowi mafii robić interesy. Ten postanawia się na nich zemścić. Wrabia ich w morderstwo. Śledczy pragną oczyścić swoje imię.

Reż.: Andrzej Konczkowski, Albert Magnoli USA 1989 **HD 140 min** ▶ do godz. 22.20



22.20 Egzekutor

SENSACYJNY Urzędnicza wpada na trop spisku na najwyższych szczeblach władzy. Kobiecie, której grozi śmiertelne niebezpieczeństwo, może pomóc tylko jedna osoba – agent John Kruger (Arnold Schwarzenegger).

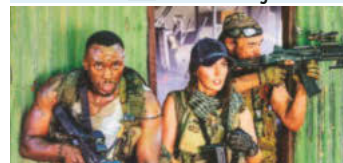
Reż.: Chuck Russell Wyst.: Vanessa L. Williams USA 1996 **HD 140 min** ▶ do godz. 0.40



20.00 Matka i córka

OBYCAJOWY Cesira (Sophia Loren) oraz jej córka (Eleonora Brown) z powodu wojny uciekają z Rzymu. W trakcie drogi wiodącej w górę uczestniczą w zdarzeniach, które wystawiają na próbę ich uczucia przywiązania i miłości.

Reż.: Vittorio De Sica Wyst.: Carlo Ninchi Fr./Wlk. 1960 **HD 115 min** ▶ do godz. 21.55



22.20 Horda

SENSACYJNY Samantha (Megan Fox) wraz z oddziałem najemników rusza do Afryki, by uwolnić zakładniczkę. Gdy misja się komplikuje, grupa chroni się na farmie. Czeka ją starcie ze stadem wygłodniałych lwów.

Reż.: M.J. Bassett Wyst.: Philip Winchester RPA/USA 2020 **HD 140 min** ▶ do godz. 0.40

→ filmowość



Lara chce ustalić, co spotkało jej ojca. Dociera do miejsca, z którym wiąże się okrutna kłątwa.

20.00 **Tomb Raider**

TV PULS **PRZYGODOWY** Córką podróżnika wyrusza na misję ratunkową. Czekają ją wiele wymagających wyzwań.

HIT DNIA

Lord Richard Croft zaginął w niewyjaśnionych okolicznościach. Mimo upływu lat Lara nie potrafi się pogodzić ze stratą ojca. Gdy w jej ręce trafia zaszyfrowana wiadomość, orientuje się, że zniknięcie rodzica ma związek z grobowcem nazywanym Matką Śmierci. Okazuje się, że arystokrata zgłębiał losy cesa-

rzowej Himiko i został uwikłany w intrygę. Córką postanawia podążać jego śladem i odnaleźć okryty niesławą artefakt. Z pomocą kapitańską dociera na wybrzeże wyspy położonej nieopodal Japonii. **HD 140 min ► do godz. 22.20**

Wlk. Bryt./USA 2018 **Reż.:** Roar Uthaug
Wyst.: Alicia Vikander, Dominic West, Walton Goggins, Kristin Scott Thomas

20.00 **Sojusznicy**

KOMEDIA SENSACYJNA Premier Wielkiej Brytanii Sam Clarke (Idris Elba) i prezydent USA Will Derringer (John Cena) zacięcie ze sobą rywalizują. Sytuacja się zmienia, gdy obaj politycy stają się celem potężnego przeciwnika.

Reż.: Ilya Naishuller **Wyst.:** Paddy Considine
USA 2025 **HD 115 min ► do godz. 21.55**

23.05 **Wystrzałowe wesele**

KOMEDIA Darcy (Jennifer Lopez) i Tom (Josh Duhamel) planują ślub na egzotycznej wyspie. Uroczystość zakłóca wtargnięcie uzbrojonych piratów, którzy biorą gości na zakładników i żądają okupu.

Reż.: Jason Moore **Wyst.:** Jennifer Coolidge
USA 2022 **HD 130 min ► do godz. 1.15**

20.00 **Uprowadzona 3**

SENSACYJNY Emerytowany agent wywiadu Bryan Mills (Liam Neeson) zostaje oskarżony o zabójstwo byłej żony. Ucieka policji, żeby odnaleźć prawdziwego mordercę. Musi również zadbać o bezpieczeństwo ciężarnej córki.

Reż.: Olivier Megaton **Wyst.:** Forest Whitaker
Fr./USA 2014 **HD 140 min ► do godz. 22.20**

23.15 **Ocean's 13**

KOMEDIA SENSACYJNA Danny (George Clooney) i jego gang planują kolejny skok. Zamierzają okraść właściciela kasyn i hoteli. By ich akcja się udała, potrzebują pomocy swojego wroga, Terry'ego Benedicta.

Reż.: Steven Soderbergh **Wyst.:** Brad Pitt
USA 2007 **HD 140 min ► do godz. 1.35**

→ sport

13.15 **Liga Narodów**

SIATKÓWKA LIVE Finał ósmej edycji rozgrywek. W Makau do rywalizacji o medale przystąpiły reprezentantki: Brazylii, USA, Włoch, Turcji, Kanady, Japonii, Holandii, a także Chin. Po raz pierwszy od 2022 roku w turnieju finałowym zabrakło polskiej kadry. **HD 135 min ► do godz. 15.30**

14.55 **GP Węgier**

FORMUŁA 1 LIVE Czas na rywalizację na słynnym Hungaroringu. Andrea Kimi Antonelli liczy na to, że w odróżnieniu od GP Barcelony-Katalonii i Wielkiej Brytanii jego bolid nie ulegnie awarii, a on będzie mógł walczyć o zwycięstwo. **HD 125 min ► do godz. 17.00**

17.25 **Widzew Łódź**

– Motor Lublin
PIĘKA NOŻNA LIVE Starcie drużyn, które w tym sezonie Ekstraklasy mierzą wysoko. Oficjalny debiut w roli szkoleniowca Motoru Lublin zaliczy w tym meczu Mariusz Misiura, były trener Wisły Płock. **HD 160 min ► do godz. 20.05**

20.20 **Polska – Australia**

ŻUŻEL LIVE W Rybniku dojdzie do towarzyskiego meczu uczestników finału Drużynowego Pucharu Świata, który odbędzie się 29 sierpnia na PGE Narodowym w Warszawie. Kibice zobaczą w akcji np. Bartosza Zmarzlika i Brady'ego Kurtza. **HD 160 min ► do godz. 23.00**

→ rozrywka

14.00 **Gwiazdy Lombardu 25**

REALITY SHOW Rick testuje różne gadżety związane z automatami do gier. Chum natomiast poluje na rzadki zestaw książek o Sherlocku Holmesie. Do lombardu zawita Darren Jay Ashba, były członek legendarnego zespołu Guns N' Roses. **HD 60 min ► do godz. 15.00**

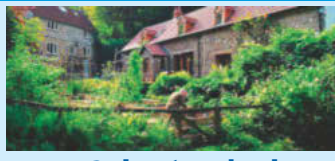
17.35 **Żona dla Polaka**

REALITY SHOW W domu Mariusza nie brakuje konfliktów i emocji. Trzech z czterech kawalerów podejmuje śmiałe kroki. Sebastian słyszy wiele zaskakujących słów, a jedna z kandydatek Mateusza postanawia opuścić program. **HD 65 min ► do godz. 18.40**

21.25 **63. KFPP w Opolu**

– 45 lat. Jubileusz Lady Pank
KONCERT Przypomnienie występu zespołu, którego wokalistą jest Jan Panasewicz. Grupa zasłynęła takimi hitami jak „Tańcz, głupia, tańcz”, „Kryzysowa naręczona” czy „Mniej niż zero”. **HD 60 min ► do godz. 22.25**

→ dokument

11.00 **Sekretne życie ogrodu**

NATURA Sir David Attenborough przygląda się mieszkańcom kilku angielskich ogrodów – od pszczoł po lisy. Przybliży okres godów i bezwzględnej walkę o przetrwanie. **HD 70 min ► do godz. 12.10**

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.25 Sprawa dla reportera** – magazyn interwencyjny
- 6.20 Słownik polsko@polski** (685) – talk-show prof. Jana Miodka
- 6.55 Słowo na niedzielę**
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach**
- 8.00 Tydzień** – magazyn rolniczy
- 8.35 Stawka większa niż życie** (14, 15) – serial wojenny, Pol. 1967
- 10.55 Ojciec Mateusz 17** (213) – serial kryminalny, Polska 2017
- 11.55 Między ziemią a niebem** – magazyn
- 12.00 Anioł Pański**
- 12.15 Między ziemią a niebem** – magazyn
- 12.45 Portret kapłana** – cykl reportaży, Polska 2026
- 13.05 BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3** (6) – dok., Wlk. Bryt.
- 14.05 Kolarstwo kobiet:**
- LIVE** Tour de Pologne – studio
- 14.10 Kolarstwo kobiet:** Tour de Pologne – 3. etap: Janowiec – Lublin
- 16.00 Dziedzictwo** (990) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.35 Żona dla Polaka** (8) – reality show
- 18.40 Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicystyczny
- 20.05 Sport, pogoda**
- 20.25 Gra z Cieniem** (4) – serial kryminalny, Polska 2024

TVP 2 HD DV3 T2

- 4.40 Barwy szczęścia** (3359-3361) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 6.25 M jak miłość** (1924) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie** – pobudka – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.20 Dzień z życia artysty:** Piotr Polk – talk-show
- 11.55 Lato z Radiem i Telewizją Polska:** Grudziądz – widowisko
- 14.00 Familiada** – teleturniej
- 14.35 Koło fortuny** (1908) – teleturniej
- 15.10 Szansa na sukces. Opole 2026 2** (3) – widowisko Na jurorskiej kanapie zasiada Natalia Przybysz, jedna z czołowych artystek polskiej sceny alternatywnej i soul. Do jej największych przebojów artystki należą „Prąd”, „Miód”, „Niebieski” czy „Ciepły wiatr”. Ocenia ona początkujących wokalistów.
- 16.15 Tak to leciało!** (69) – teleturniej muzyczny
- 17.15 Maxima. Droga na tron** (5) – serial biograficzny, Holandia 2024
- Maxima dowiaduje się od Aleksandra, że parlament nie wyraził zgody na obecność jej ojca na ich ślubie. Zorreguieta przeżywa niemalże szok. Ma wątpliwości co do roli, jaką jej ojciec odgrywał w rządzie Videli.
- 18.15 Rodzinka.pl** (290): Duch – serial komediowy, Polska 2025
- 18.55 Kocham Cię, Polsko!** (7) – program rozrywkowy
- 20.25 Postaw na milion** – teleturniej

polsat HD DV3 T2

- 5.55 Disco Gramy**
- 5.40 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 8.30 halo tu polsat** – magazyn
- 11.30 Piotruś Pan** – film familijny, USA/Wielka Brytania 2003, reż. P.J. Hogan, wyk. Jeremy Sumpter, Jason Isaacs, Rachel Hurd-Wood, Lynn Redgrave, 140 min
- Dieci przybywają do domu państwa Darling. Ekscytyują się opowieściami o legendarnym piracie, kapitanie Haku. Nocą udają się do Nibylandii. Adaptacja książki J.M. Barriego.
- FILM** **13.50 Paddington 2** – film familijny, USA/Wielka Brytania/Francja 2017, reż. Paul King, wyk. Hugh Bonneville, Sally Hawkins, Hugh Grant, Brendan Gleeson, 140 min
- Kontynuacja przygód bohatera książek Michaela Bonda. Sympatyczny niedźwiadek pomimo nienagannyh manier i dobrych intencji wpada w tarapaty. Przypadkowo trafia do aresztu. Znajduje przyjaciela.
- FILM** **16.10 Park jurajski** – film przygodowy, USA 1993, reż. Steven Spielberg, wyk. Sam Neill, Laura Dern, Jeff Goldblum, Richard Attenborough, 160 min
- Milioner Hammond tworzy park rozrywki z żywymi dinozaurami. Zaprasza tam paleontologów Ellie i Alana. Wkrótce eksperyment wymyka się spod kontroli. Gady opanowują wyspę.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – pr. publ.
- 19.30 Sport, pogoda**

tvn TVN HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1710) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (7) – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.35 Co za tydzień**
- 12.25 Ugotowani** (8) – program kulinarno-rozrywkowy
- FILM** **13.35 Wojownicze Żółwie Ninja: Wyjście z cienia** – film przygodowy, USA/Hongkong/Chiny 2016, reż. Dave Green, wyk. Laura Linney, Stephen Amell, Noel Fisher, Megan Fox, 150 min
- Po obronie Nowego Jorku przed zbrodniczym klanem Donatello i jego bracia żyją w ukryciu. Shredder planuje jednak ucieczkę. Ma potężnego wspólnika.
- FILM** **16.05 Akademia policyjna 4: Patrol obywatelski** – komedia, USA 1987, reż. Jim Drake, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, 110 min
- Komendant Lassard powołuje patrol obywatelskie, które mają pomóc w walce z przestępczością. Pozornie genialny projekt przyczynia się do powstania chaosu w mieście.
- 17.55 Kuchenne rewolucje** (7) – program rozrywkowy
- Saska Kępa to restauracyjne zagłębie. Jeden z tamtejszych lokali, Bar Alpejski, nie przynosi zysków. Magda Gessler nie pozostawia suchej nitki na jakości serwowanych tu potraw.
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**

20 KOMEDIA ROMANTYCZNA

**21.20 Nie powiesz nikomu?****FILM** – USA 2019, 100 min

Emma jest zmuszona podróżować samolotem, mimo że tego nie lubi. Podczas podniebnego rejsu maszyna wpada w turbulencje. Dziewczyna nabiera przekonania, że to jej ostatnie chwile życia. Zwierza się ze swoich sekretów siedzącemu obok podróżnemu, Jackowi. Nie ma pojęcia, że to prezes firmy, w której pracuje...

23.00 Kroniki Tour de Pologne kobiet (3) – cykl reportaży, Pol.**23.10 Dewajtis** (1) – serial komediowy, Polska 2023, wyk. Karol Dziuba, Michalina Olszańska

0.05 **FILM** **1917** – dramat wojenny, USA/Wielka Brytania/Indie 2019, reż. Sam Mendes, wyk. Dean-Charles Chapman, George MacKay, Daniel Mays, Colin Firth, 130 min

2.15 **FILM** **W otchłani** – thriller, USA/Kanada 2018, reż. Pasha Patriki, wyk. Jean-Claude Van Damme, Dolph Lundgren, 105 min

4.00 Słownik polsko@polski (682) – talk-show prof. Jana Miodka

4.30 Sprawdzamy – magazyn

4.45 Zakończenie

SKRÓT KONCERTU

**21.25 63. KFPP w Opolu – 45 lat. Jubileusz Lady Pank**

Przypomnienie koncertu legendarnego zespołu. Na opolskiej scenie wystąpili Jan Borysewicz, Janusz Panasewicz, Kuba Jabłoński i Krzysztof Kieliszewicz. Grupa zyskała popularność dzięki takim hitom jak „Zawsze tam gdzie ty”, „Kryzysowa narzeczona”, „Marchewkowe pole” czy „Tańcz głupia tańcz”.

22.25 Open'er Festival 2026

– podsumowanie koncertu

23.20 Na przekór losowi (7, 8-ost.)

– serial obyczajowy, Włochy/Francja/Niemcy 2024

Nino porzuca partyzanckie ideały i dołącza do przemytników broni. Uspěje zaczyna coraz ciężiej chorować. Objawy epilepsji, na którą w dzieciństwie cierpiała także Ida, się nasilają.

1.40 **FILM** **Król** (3) – serial sens., Polska 2020

2.50 **FILM** **Tulipanowa gorączka**

– dramat kostiumowy, Wielka Brytania/USA 2017, reż. Justin Chadwick, wyk. Alicia Vikander, Dane DeHaan, Christoph Waltz, Jack O'Connell, 105 min

4.35 Zakończenie

DRAMAT OBYCZAJOWY

**19.55 Służące** – USA/Indie/

Zjednoczone Emiraty

Arabskie 2011, 190 min

HIT DNIA Mississippi, lata 60. XX w. Skeeter marzy o karierze pisarki. Nie godzi się z rasizmem, jaki panuje w mieście. Piszze książkę opartą na doświadczeniach czarnoskórych służących. Skandal związany z publikacją staje się początkiem społecznych zmian.

23.05 Wyształowe wesele

– komedia, USA 2022, reż. Jason Moore, wyk. Jennifer Lopez, Josh Duhamel, Lenny Kravitz, Jennifer Coolidge, 130 min

Darcy i Tom planują ślub na egzotycznej wyspie. Drobne problemy rodzinne przyciemnia wtargnięcie uzbrojonych piratów. Biorą oni gości weselnych na zakładników. Zakochani sami muszą stawić czoło bandytom.

1.15 **FILM** **Krucjata Bourne'a** – thriller,

USA/Niemcy 2004, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, Franka Potente, Brian Cox, Julia Stiles, 145 min

3.40 Świat według Kiepskich (393) – serial kom., Polska 2012

SCIENCE FICTION

**19.45 Transformers: Wiek zagłady**

– USA/Chiny 2014, 210 min

Od bitwy kosmicznych robotów mija kilka lat. Pewnego dnia mechanik Cade Yeager kupuje starą ciężarówkę. Okazuje się, że to Optimus Prime, przywódca stojących do niedawna po stronie człowieka maszyn. Mężczyzna i jego bliscy zostają wciągnięci w wojnę ludzi i robotów.

23.15 Ocean's 13 – komedia

FILM sensacyjna, USA 2007, reż. Steven Soderbergh, wyk. George Clooney, Al Pacino, Andy Garcia, Brad Pitt, 140 min

1.35 Krzysztof – film obyczajowy,

FILM Polska 2010, reż. Dariusz Twaróg, wyk. Gabriela Muskała, Piotr Jankowski, Mateusz Janicki, Witold Debski, 120 min

3.35 Uwaga! – magazyn reporterów

3.50 Detektywi (119) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024

4.45 Nauka jazdy 5 (24)

– program rozrywkowy

5.15 Recepta na stary dom 4 (8) – program rozrywkowy



- 5.30 Szkoła** (824) – serial paradokmalny, Polska 2020
- 6.20 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie** (8) – program rozrywkowy
- 7.15 Nowe Zwariowane Melodie 3** (7-9) – serial animowany, USA 2019
- 8.00 Alvin i wiewiórki: Wielka wyprawa** – film familijny, USA 2015, reż. Walt Becker, wyk. Jason Lee, Kimberly Williams-Paisley, Josh Green, Tony Hale, 110 min Dave, opiekun śpiewających wiewiórek, postanawia ułożyć sobie życie z Samanthą. Przez serię nieporozumień gryzione uznają, że przyjaciel porzuci je po oświadczeniach. Robią więc wszystko, żeby nie doszło do zaręczyn. Wyruszają na pełną niebezpieczeństw wyprawę.
- 9.50 Ukryta prawda** (1460-1464) – serial paradokmalny, Polska
- 14.50 Szpital św. Anny** (31, 32) – serial obyczajowy, Polska 2025
- 16.50 Detektywi** (6): Niewinna – fab.-dok., Polska 2023
- 17.45 10 000 lat przed naszą erą** – film przygodowy, USA 2008, reż. Roland Emmerich, wyk. Steven Strait, Camilla Belle, Cliff Curtis, Affif Ben Badra, 135 min Czas prehistoryczny. Grupa wojowników uprowadza ukochaną myśliwego D'Leh'a. Młody mężczyzna wraz z kompanami rusza w pościg przez nieznaną sobie krainę i cywilizację. Czekają go również starcie z groźnymi drapieżnikami.

SENSACYJNY



- 20.00 Tango i Cash** – USA 1989, 140 min
Los Angeles. Policjanci Tango i Cash utrudniają szefowi mafii prowadzenie interesów. Boss zastawia na nich pułapkę, w wyniku czego zostają oskarżeni o zabójstwo agenta FBI i aresztowani. Przygotowują zemstę.

- 22.20 Egzekutor** – film sensacyjny, USA 1996, reż. Chuck Russell, wyk. Arnold Schwarzenegger, Vanessa L. Williams, James Caan, James Coburn, 140 min Urzędniczka odkrywa spisek na najwyższych szczeblach władzy. Kobięcie, której grozi śmiertelne niebezpieczeństwo, może pomóc agent Kruger.
- 0.40 Nostalgia anioła** – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania/Nowa Zelandia 2009, reż. Peter Jackson, wyk. Saoirse Ronan, Stanley Tucci, 155 min

- 3.15 Żyjąc z potworem 9** (9) – serial dokumentalny, USA 2024
- 4.15 Fachowcy 2** (5) – serial paradokmalny, Polska 2018
- 4.55 Dorota was urządzi!** (5) – program rozrywkowy

Następny odcinek obejrzyj na:



- 6.00 Taki jest świat 11** (30) – program informacyjny
- 6.40 Kobra – oddział specjalny** (9): Z miłości – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 7.40 Don Matteo: Boski detektyw 15** (3, 4): W brzuchu wieloryba, część 1; W brzuchu wieloryba, część 2 – serial kryminalny, Włochy 2026
- 9.50 Kurierzy** (40) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 10.45 Kurierzy 2** (41) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 11.45 Całkowicie nowe przygody Aladyna** – komedia, Francja 2018, reż. Lionel Stokette, wyk. Kev Adams, Jamel Debbouze, Vanessa Guide, Eric Judor, 120 min
- 13.45 Książę i ja** – komedia romantyczna, USA/Czechy 2004, reż. Martha Coolidge, wyk. Julia Stiles, Luke Mably, Ben Miller, Miranda Richardson, 130 min
- 15.55 Sezon na sąsiada** – komedia, Francja/Belgia 2023, reż. Frédéric Forestier, wyk. Camille Lou, Didier Bourdon, Hakim Jemili, Thierry Lhermitte, 125 min
- 18.00 Za jakie grzechy, dobry Boże?** – komedia, Francja 2014, reż. Philippe de Chauveron, wyk. Christian Clavier, Chantal Lauby, Ary Abittan, 120 min Córki Claude'a i Marie wybrały na swoich mężów: Żyda, Araba i Chińczyka. Państwo Verneuil chcą, by najmłodsza Laure poślubiła Francuza. Dziewczyna boi się przyznać, że jest w związku z Afrykaninem.

PRZYGODOWY



- 20.00 Niedziela z gwiazdami: Tomb Raider** – Wielka Brytania/USA 2018, 140 min
Podróżnik Richard zaginał w niewyjaśnionych okolicznościach. Jego córka, Lara, nie potrafi się z tym pogodzić. Kiedy w jej ręce trafia wiadomość pozostawiona przez ojca, orientuje się, że jego zniknięcie ma związek z grobowcem nazywanym Matką Śmierci. Postanawia ruszyć śladem ostatniej sprawy Richarda i odnaleźć tajemniczy artefakt.

- 22.20 Horda** – film sensacyjny, RPA/USA/Wielka Brytania 2020, reż. M.J. Bassett, wyk. Megan Fox, Philip Winchester, Greg Kriek, Brandon Aurret, 140 min Najemniczka Samantha wraz z kolegami zostaje wysłana na misję do Afryki. Nieoczekiwanie jednostka musi stawić czoła hordzie głodnych lwów.
- 0.40 Mściciel** – film sensacyjny, USA/Niemcy/Francja 2004, reż. Philippe Martinez, wyk. Jean-Claude Van Damme, Valerie Tian, Simon Yam, Philip Tan, 100 min
- 2.20 Zobacz to!** – pr. powtórkowe



- 6.00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (2) – program rozrywkowy
- 7.00 Taki jest świat 11** (30) – program informacyjny
- 7.25 Aukcja w ciemno** (10, 11) – serial dokum., USA 2011-2012
- 8.25 Wojciech Cejrowski. Boso – Luizjana** (10) – serial dokum.
- 9.05 Wojciech Cejrowski. Boso – Karaiy** (1, 2) – serial dokum.
- 10.40 Hibernatus** – komedia, Francja/Włochy 1969, reż. Edouard Molinaro, wyk. Louis de Funes, Michael Lonsdale, Claude Gensac, Bernard Alane, 105 min
- 12.25 Mania wielkości** – komedia kostiumowa, Francja/Hiszpania/Włochy 1971, reż. Gérard Oury, wyk. Louis de Funes, Yves Montand, Karin Schubert, Alberto de Mendoza, 135 min
- 14.40 Najpiękniejsze baśnie: Królowa Śnieżka i krasnoludki** – baśń filmowa, Czechy/Niemcy 2019, reż. The Chau Ngo, wyk. Tijan Marei, Nadesha Brennicke, Victor Schefé, Ludwig Simon, 125 min
- 16.45 Najpiękniejsze baśnie: Księżniczka i pół królestwa** – baśń filmowa, Czechy 2019, reż. Karel Janák, wyk. Marek Eben, Matouš Ruml, Eva Josefíková, Jakub Prachař, 120 min
- 18.45 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Śpiąca królowa** – baśń filmowa, Niemcy 2009, reż. Oliver Dieckmann, wyk. Lotte Flack, François Gieske, Hannelore Elsner, Anna Loos, 75 min

THRILLER



- 20.00 Noc rekinów** – USA 2011, 95 min
Sara wraz z grupą znajomych wyrusza na weekendowym wycieczkę do położonego nad brzegiem zatoki domu letniskowego. Młodzi turyści nie wiedzą, że w z pozoru spokojnych wodach czują się na nich krwiożercze rekiny. To jednak niejedyny zagrożenie, z jakim przyjdzie się zmierzyć przyjaciółom, którzy będą zmuszeni stoczyć desperacką walkę na śmierć i życie.
- 21.35 Dzielnica strachu 10** (448-452) – serial kryminalny, Polska 2025-2026
Po stracie dziecka Alicja kreuje fikcyjną rzeczywistość, w której jej córka żyje. Sytuacja się komplikuje, gdy dochodzi do zabójstwa i porwania. Ola i Rafał muszą uratować uprowadzone dziecko. Dalsze leczenie Noconia staje pod znakiem zapytania.
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5** (216, 212) – serial obyczajowy, Polska 2019
- 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (516) – serial obyczajowy, Polska 2022



DOMEK NA PRERII

Charles Ingalls (Luke Bracey) wraz z żoną i córkami walczy o przetrwanie na odludnych stepach amerykańskiego pogranicza. Pionierzy uczą się życia w zgodzie z naturą i poznają rządzące nią surowe prawa. Najnowsza ekranizacja autobiograficznego cyklu książek autorstwa Laury Ingalls Wilder.

►serial obycz. (8 odc.), USA 2026



RĘKA DANTEGO

Pisarz Nick (Oscar Isaac) na rozkaz mafijnego bossa ma ukraść rękopis „Boskiej komedii”. W XIV wieku jej autor, Dante Alighieri, poszukuje natchnienia do stworzenia swego najważniejszego dzieła. Choć dzielą ich stulecia, obsesja na punkcie piękna w nieoczekiwany sposób splata losy obu mężczyzn.

►obycz., Wlk. Bryt. 2025; 150 min



VINCI 2

Cuma (Robert Więckiewicz), dawny mistrz złodziejskiego fachu, cieszy się spokojną emeryturą w Hiszpanii. Pewnego dnia otrzymuje propozycję udziału w nowym skoku. Początkowo odmawia, lecz zmienia zdanie, gdy dowiaduje się, że jego dawny rywal, Chudy, planuje spektakularny napad.

►kom. krym., Polska 2025; 120 min



BESTIA WE MNIE

Po śmierci syna popularna autorka Aggie (Claire Danes) zamknęła się w sobie i przestała tworzyć. Sytuacja zmienia się, gdy jej sąsiadem zostaje Nile (Matthew Rhys), który był podejrzany o zabójstwo żony. Kobieta postanawia o nim napisać. Zostaje wciągnięta w ryzykowną grę psychologiczną.

►serial krym. (8 odc.), USA 2025

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.15 Saga „Zmierzch” : FILM Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner, Ashley Greene, 135 min 8.30 FBI: Most Wanted 4 (17) – serial kryminalny, USA 2022 9.30 Walker: Strażnik Teksasu 2 (4) – serial krym., USA 2021-2022 10.25 MacGyver 3 (18-22) – serial akcji, USA 2018-2019 15.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (5-9) – serial kryminalny, USA 2011	5.35 Na sygnale (881) – serial fab.-dokum. 6.10 Czterdziestolatek (18-20) – serial obyczajowy, Pol. 1977 9.40 U Pana Boga w ogródku (10, 11) – serial kom., Pol. 2008 11.35 Cztery pancerni i pies (5, 6) – serial wojenny, Polska 1966 13.45 Ojciec Mateusz 30 (393, 394) – serial kryminalny, Pol. 2023 15.40 Komisarz Alex 25 (310) – serial kryminalny, Pol. 2026 16.40 Ranczo 9 (115) – serial obycz., Polska 17.35 Cztery pancerni i pies (7, 8) – serial wojenny, Polska 1966	10.55 TVP Kultura Na Nowych Horyzontach – felieton, Polska 2026 11.25 Kosmos 1999 (16) – serial s.f. 12.30 Opole – koncertowe wspomnienia (14) – cykl felietonów 12.45 43. KFPP Opole 2006 – „Świat w obłokach” – przeboje Marka Grechuty – koncert 14.15 Niedźwiadek – film przygodowy, Francja/USA 1988, 110 min 16.05 Noce i dnie (9) – serial obycz., Polska 17.15 Niedziela z... – kult. 18.10 Ewa Bem (1, 2) – koncert	6.30 Polska z góry 2 (1) 7.00 Mother Dear – film krótkometraż. 7.35 Morderstwo w Orient Expressie – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1974, 150 min 10.05 Szczęśli. Megahit Hollywoodu – film dokum., Francja 2025 11.20 Alfa – dramat przyg., Szwajcaria/Holandia/Słowenia 2024, 130 min 13.30 Sprawa nierozwiązana (6-10) 15.40 Pokuta – melodramat, Wielka Brytania/Fr./USA 2007, 145 min 18.05 W sieci wojny FILM – thriller, USA 2025, 125 min	9.10 LARP. Miłość, trolle i inne questy – kom., Polska 2025, 90 min 10.40 Girl Climber. Wspinaczka – film dokumentalny, Austria/USA 2025 12.05 Listy do Julii FILM – komedia romantyczna, USA 2010, 105 min 13.50 Morderstwo w ambasadzie – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min 15.15 Pod gwiazdzistym niebem – komedia romantyczna, USA 2025, 100 min 16.55 Półka nożna: PKO BP LIVE Ekstraklasa – występ do meczu	7.25 Felek i Tola ratują las – film anim., Hol./Belgia/Luksemburg 2024, 70 min 8.35 P.S. Kocham Cię FILM – melodramat, USA 2007, 125 min 10.40 Król rozrywki FILM – musical, USA 2017, 105 min 12.25 Na arenie – dramat obycz., Fr. 2024, 95 min 14.00 Assassin's Creed FILM – przyg., USA/Fr./Wlk. Bryt. 2016, 115 min 15.55 Istoty fantastyczne FILM – komediodramat, USA 2024, 105 min 17.40 Kompletne nieznanie – dramat biograficzny, USA 2024, 140 min
FANTASY	KRYMINALNY	DRAMAT OBYCZAJOWY	KRYMINALNY	PIŁKA NOŻNA	KOMEDIA SENSACYJNA
20.00 Saga „Zmierzch” : FILM Zacmienie – USA 2010, 150 min Bella musi wybrać między miłością do Edwarda a przyjaźnią z Jacobem. Tymczasem w Forks pojawia się wroga grupa wampirów. 22.30 Snajper: Ostatni strzał FILM – dramat sens., USA 2017, 110 min 0.20 Snajper: Koniec zabójcy FILM – film sens., USA 2020, 120 min 2.20 Saga „Zmierzch” : FILM Zacmienie – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 150 min	19.30 Ojciec Mateusz 31 (395-397) – Pol. 2024 W hotelu zostaje zamordowany trener personalny. Tymczasem Mateusz otrzymuje od Natalii wyjątkowy prezent – włoski skuter, który ma służyć mieszkańcom plebanii. 22.25 Ranczo 9 (116, 117) 0.10 Rodzinka.pl (300, 301) – kom., Pol. 1.25 Korona królów. Jagiellonowie (15, 16) – telen. hist. 2.25 Erynie (9) – krym., Pol. 3.25 Londyńczycy (5) 4.25 Polarowanie na cmy (7) – serial hist., Polska	20.00 Matka i córka – Fr./ FILM Włochy 1960, 115 min II wojna światowa. Wdowa Cesira i jej 13-letnia córka uciekają z Rzymu. W trakcie drogi przez góry zostają zgwałcone. Na skutek tragedii silna dotąd Cesira się załamuje. 21.55 Kulturalni (28) – mag. 22.50 Witajcie w krainie Lynchy – film dokum., Francja 2024 23.55 Acid Rain 0.35 Destrukcyjna – dramat obyczajowy, USA 2015, 115 min 2.30 Opole 2016: Scena alternatywna	20.10 Niezwykłe miejsce na śmierć (4) Anais i Simon rozpoczynają śledztwo w sprawie kolejnej zbrodni, której tłem są zazdrość i wielkie ambicje. Tropi wiodą do wpływowych mieszkańców miasta. 22.05 Paw zwyciężny FILM – komediodramat, Austria/Niemcy 2024, 130 min 0.15 Będzie lepiej – kom., Fr. 2023, 145 min 2.40 Belfer 3 (6) – krym. 3.30 Moje miasto FILM – film obyczajowy, Polska 2002, 60 min	17.25 PKO BP Ekstraklasa: LIVE Widzew Łódź – Motor Ekipa gospodarzy przed sezonem ścigała reprezentanta Polski Karola Świderskiego oraz Hiszpana Mario Garcíę. 19.30 Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, reż. Doug Liman, 115 min 21.25 Wielka Warszawska FILM – dramat sensacyjny, Polska 2025, 110 min 23.15 Kuracja – czarna komedia, USA 2024, reż. Max Minghella, 100 min	20.00 Sojusznicy – USA FILM 2025, 115 min Premier Wielkiej Brytanii Sam Clarke i prezydent USA Will Derringer zaciecają ze sobą rywalizację. Muszą połączyć siły przeciwko wspólnemu wrogowi. 21.55 Abigail – horror, USA/ FILM Irlandia 2024, 105 min 23.40 Złoto – film sensacyjny, Australia 2022, 95 min 1.15 Lighthouse – horror psychologiczny, USA/ FILM Kanada 2019, 105 min 3.00 Ród smoka 3 (6) – serial fantasy, USA
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
6.00 Moje wielkie greckie wesela – kom. romant., USA/Kanada 2002, 95 min 7.35 Detektyw Murdoch 2 (11-13) – serial kryminalny 10.50 Detektyw Murdoch 3 (1, 2) – serial kryminalny 13.05 Rekrut (11-15) – krym. 18.00 Dowody zbrodni 3 (5-9) 22.55 Aviator – dramat biograf., FILM USA/Niemcy 2004, 210 min 2.25 Złe maniuski 2: Jak przetrwać święta – komedia, 2017, 130 min 4.35 Stuart Malutki 2 – film przygodowy, 2002, 80 min 5.55 Blok promocyjny AXN White	11.40 Superman 4 – przyg., USA/ FILM Wlk. Bryt. 1987, 105 min 13.25 Akademia policyjna FILM – kom., USA 1984, 120 min 15.25 Miłość jak narkotyk FILM – komedia romantyczna, USA 1997, 120 min 17.25 Licencja na miłość FILM – komedia romantyczna, USA 2007, 105 min 19.10 Raport Pelikana – film sensacyjny, 1993, 170 min 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (3-5) – serial kryminalny, USA 2011 0.45 Śpiączka – thriller, USA 1978, reż. Michael Crichton, 140 min	6.00 Łapu capu – pr. rozrywk. 6.15 Królowa chmur – film FILM obycz., Polska 2003, 75 min 7.30 Heidi ratuje ryśa – film FILM animowany, 2025, 80 min 8.50 O psie, który jeździł koleją 2 – film familijny, Polska 2025, 90 min 10.20 Łapu capu – pr. rozrywk. 10.35 Moje pieczone kurczaki FILM – film obycz., 2002, 65 min 11.40 Rienstien! – dok., 2024 13.45 Chopin, Chopin! – dramat FILM biograf., Pol. 2025, 130 min 15.55 Mamma Mia! Here We Go Again – komedia muz., USA/Wielka Brytania/Chiny 2018, 110 min 17.45 Jason Bourne – thriller, FILM USA 2016, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, 120 min 19.45 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 Death Race: Wyścig śmierci – film sensacyjny, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2008, 110 min 21.50 Shadow Force – thriller, FILM USA 2025, reż. Joe Carnahan, wyk. Omar Sy, Kerry Washington, 100 min 23.30 Dom 1000 trupów FILM – horror, USA 2003, 85 min 0.55 Dziłki – dramat przyg., FILM Polska 2025, 135 min 3.10 Moje miasto – serial dok. 4.10 Imago – dramat biograf., FILM Polska 2023, 110 min	9.50 Naruto 3 (21-23) – serial anime, Japonia 2003-2004 11.20 Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków (2) – serial dokumentalny, USA 2024 12.05 Cat's Eyes (1, 2) – serial przygodowy, Francja 2024 14.10 Premierowa jazda – magazyn 14.30 Premiera: Naruto 3 (24-26) – serial anime, Japonia 2003-2004 16.00 Łapu capu – program rozrywkowy 16.20 The Office PL 3 (1-4) – serial komediowy, Polska (3, 4) – serial dokumentalny, 2024 20.00 Django (1, 2) – serial przygodowy, Fr./Wł. 2022 21.50 Łapu capu – program rozrywkowy 22.00 Pieniądze i krew (5, 6) – serial kryminalny, Fr./Bel. 23.50 Scarlet Hill (5, 6) – serial kryminalny, Wietnam 2022 1.50 Luis Enrique: Nie macie k***ę (1-3) – serial dokumentalny, Hiszp. 2024 4.10 Making of CANAL+ – magazyn filmowy 4.20 Polityka (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2019 5.50 Making of CANAL+ – magazyn filmowy	8.10 Lotnikowce na wojnie (2) – dok., Wlk. Bryt. 2018 9.10 Porzucone konstrukcje (8) – serial dok., Wlk. Bryt. 10.05 Nepal – z zachodu na wschód – dok., 2022 10.55 Roger Federer: gra o wszystko – dok., 2023 12.00 Półka nożna: PKO BP FILM Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Legia Warszawa 14.20 Polska z góry: Stadion (1) – serial dok., Polska 2024 14.50 Dover 24/7 (1) – serial dok. 15.50 Speedshop: warsztat marzeń (4) – serial dokum. 17.05 Droga do Arktyki: Kanadyjskie szlaki lodowe – dok., Niem. 2016 18.00 Kolejka przez świat (2) 19.00 Co poszło nie tak 3 (5) 20.00 Porzucone konstrukcje (9) – serial dok., Wlk. Bryt. 21.00 Projekt Fighter (4) 22.00 Pieniądze to nie wszystko FILM – komedia, Polska 2001, 120 min 0.00 Small World (3) – sens. 1.00 Półkarze na podsluchu (6) – serial dok., Polska 2022 2.00 Polska z góry: Stadion (1) – serial dok., Polska 2024 2.40 Lowcy tajemnic Bałtyku (8) – serial dok., Polska 2020 3.40 Zwierzęta Wajraka 2 (3, 4) – serial dok., Pol. 2021 4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 3 (4, 5) – mag.	16.05 Do usług szanownej pani FILM – komediodramat, Luksemburg/Francja 2023, 105 min 17.50 Nim nadejdzie czwartek FILM – komediodramat, Finlandia 2024, reż. Mika Kaurismäki, 100 min 19.30 Materialiści – komedia romantyczna, USA/ FILM Finlandia 2025, 115 min 21.25 Piękna i reżnik – horror komediowy, Kanada/USA 2020, 100 min 23.05 Victor Frankenstein FILM – horror s.f., 2015, 105 min 0.50 Manodrom – thriller, USA/ FILM Wlk. Bryt. 2023, 90 min
AXN BLACK	POLSAT SERIALE	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 3 HD
6.00 Renegat 5 (22) – sens. 6.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (19, 20) – serial krym., USA/Kanada 8.20 S.W.A.T. 6 (15-18) – sens. 12.05 Gwiezdne wrota 3 (22) – serial s.f., USA/Kan. 2000 13.05 Gwiezdne wrota 4 (1-4) 17.05 MacGyver (18-21) – serial akcji, USA 2017 21.00 S.W.A.T. 6 (15-18) – sens. 0.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6 (19, 20) – serial krym., USA/Kanada 2.30 MacGyver (18-21) – serial akcji, USA 2017 5.50 Blok promocyjny AXN Black	6.00 Gliniarze (205-207) – serial parokomedialny, Polska 9.00 Niania (113-118) – serial komediowy, Polska 2009 12.05 Miodowe lata (36-39) – serial komediowy, Polska 15.00 Co ludzie powiedzą? – serial komediowy, Polska (26-28) – serial komediowy 16.55 Świat według Kiepskich (217-221) – serial kom., Pol. 20.00 Poirot (5-7) – serial kryminalny, Wielka Brytania 23.25 Columbo (39, 42) – serial kryminalny, USA 2.30 Święty (237-239) – serial komediowy, Polska 2022 4.00 48h. Zaginięcia (135, 136) – serial kryminalny, Polska	6.00 Łapu capu – pr. rozrywk. 6.15 Królowa chmur – film FILM obycz., Polska 2003, 75 min 7.30 Heidi ratuje ryśa – film FILM animowany, 2025, 80 min 8.50 O psie, który jeździł koleją 2 – film familijny, Polska 2025, 90 min 10.20 Łapu capu – pr. rozrywk. 10.35 Moje pieczone kurczaki FILM – film obycz., 2002, 65 min 11.40 Rienstien! – dok., 2024 13.45 Chopin, Chopin! – dramat FILM biograf., Pol. 2025, 130 min 15.55 Mamma Mia! Here We Go Again – komedia muz., USA/Wielka Brytania/Chiny 2018, 110 min 17.45 Jason Bourne – thriller, FILM USA 2016, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, 120 min 19.45 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 Death Race: Wyścig śmierci – film sensacyjny, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2008, 110 min 21.50 Shadow Force – thriller, FILM USA 2025, reż. Joe Carnahan, wyk. Omar Sy, Kerry Washington, 100 min 23.30 Dom 1000 trupów FILM – horror, USA 2003, 85 min 0.55 Dziłki – dramat przyg., FILM Polska 2025, 135 min 3.10 Moje miasto – serial dok. 4.10 Imago – dramat biograf., FILM Polska 2023, 110 min	9.50 Naruto 3 (21-23) – serial anime, Japonia 2003-2004 11.20 Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków (2) – serial dokumentalny, USA 2024 12.05 Cat's Eyes (1, 2) – serial przygodowy, Francja 2024 14.10 Premierowa jazda – magazyn 14.30 Premiera: Naruto 3 (24-26) – serial anime, Japonia 2003-2004 16.00 Łapu capu – program rozrywkowy 16.20 The Office PL 3 (1-4) – serial komediowy, Polska (3, 4) – serial dokumentalny, 2024 20.00 Django (1, 2) – serial przygodowy, Fr./Wł. 2022 21.50 Łapu capu – program rozrywkowy 22.00 Pieniądze i krew (5, 6) – serial kryminalny, Fr./Bel. 23.50 Scarlet Hill (5, 6) – serial kryminalny, Wietnam 2022 1.50 Luis Enrique: Nie macie k***ę (1-3) – serial dokumentalny, Hiszp. 2024 4.10 Making of CANAL+ – magazyn filmowy 4.20 Polityka (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2019 5.50 Making of CANAL+ – magazyn filmowy	8.10 Lotnikowce na wojnie (2) – dok., Wlk. Bryt. 2018 9.10 Porzucone konstrukcje (8) – serial dok., Wlk. Bryt. 10.05 Nepal – z zachodu na wschód – dok., 2022 10.55 Roger Federer: gra o wszystko – dok., 2023 12.00 Półka nożna: PKO BP FILM Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Legia Warszawa 14.20 Polska z góry: Stadion (1) – serial dok., Polska 2024 14.50 Dover 24/7 (1) – serial dok. 15.50 Speedshop: warsztat marzeń (4) – serial dokum. 17.05 Droga do Arktyki: Kanadyjskie szlaki lodowe – dok., Niem. 2016 18.00 Kolejka przez świat (2) 19.00 Co poszło nie tak 3 (5) 20.00 Porzucone konstrukcje (9) – serial dok., Wlk. Bryt. 21.00 Projekt Fighter (4) 22.00 Pieniądze to nie wszystko FILM – komedia, Polska 2001, 120 min 0.00 Small World (3) – sens. 1.00 Półkarze na podsluchu (6) – serial dok., Polska 2022 2.00 Polska z góry: Stadion (1) – serial dok., Polska 2024 2.40 Lowcy tajemnic Bałtyku (8) – serial dok., Polska 2020 3.40 Zwierzęta Wajraka 2 (3, 4) – serial dok., Pol. 2021 4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 3 (4, 5) – mag.	14.15 W potrzasku – dramat FILM obyczajowy, 2025, 100 min 15.55 Jumanji: Przygoda w dżungli FILM – film przygodowy, USA/Australia/Indie 2017, 115 min 17.50 Tokyo Vice (3) – krym. 18.45 Ta inna siostra Bennet (5) – kostium., Wlk. Bryt. 19.15 Miniaturka żona (5) 20.00 Ród smoka 3 (5) – fantasy 21.00 Krzęśla (4) – serial kom. 21.30 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (5) – kom. 22.00 The Pitt 2 (1) – obycz., USA 22.55 Wichrowe wierzgory FILM – dramat obyczajowy, USA/ FILM Wlk. Bryt. 2026, 135 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA DVB-T2
7.55 Sąsiedzi (45, 46) – serial anim., Czechy 8.15 Była sobie Ziemia (11-13) – anim., Francja 9.55 Jeźdźcy smoków na końcu świata (43-45) – serial anim. 11.25 Kot w butach: Trzy diabły – film anim. 11.40 Przygody Tintina – anim., USA/Nowa Zelandia 2011, 130 min 13.50 Ace Ventura: Zew natury – komedia, USA 1995, 115 min 15.45 Spider-Man: Daleko od domu – film s.f., USA/Czechy/Australia 2019, 165 min 18.30 Królowna Śnieżka i Łowca – baśń film., USA 2012, 150 min	6.00 Tata ma plan 3 (13) – serial komediowy 6.30 Tata ma plan 4 (1-4) – serial komediowy 8.30 Teoria wielkiego podrywku 9 (17-24) – serial komediowy 11.55 Teoria wielkiego podrywku 10 (1-3) – kom., USA 2016-2017 13.20 Przyjaciele 9 (22, 25) – kom., USA 2002-2003 14.55 Duchy (7, 8) – serial fantasy, USA/Wlk. Bryt. 15.55 Zmowa pierwszych żon – komedia, USA 1996, reż. Hugh Wilson, 125 min 18.00 Choć goni nas czas – komediodramat, USA 2007, reż. Rob. Reiner, 120 min	5.05 Szkola (798) – serial paradokum. 6.00 Szkola filmowa (1) – magazyn filmowy 6.30 Seriaale 6 (3) – mag. 7.00 Prawo Agaty 6 (1-4) – serial obycz., Polska 11.05 Uwolnić orkę 2 – film przygodowy, Fr./USA 1995, 130 min 13.15 Mój biegun – dramat biograficzny, Polska 2013, 110 min 15.05 Bumblebee – film s.f., Chiny/USA 2018, reż. Travis Knight, wyk. Hailee Steinfeld, John Cena, 155 min 17.40 Miss agent 2: Uzbrojona i urocza – komedia sensacyjna, USA 2005, 140 min	6.10 Falszerstwo (2) – serial kryminalny, Francja 2025 6.55 Morderstwo na Les Saintes – film kryminalny, Francja 2024, reż. Marc Barrat, wyk. Anne Dédecis, Denis Maréchal, Audrey Postel, Olivier Chantreau, 120 min 8.55 Mentalista 3 (5-14) – serial kryminalny, USA 2010 18.05 Niewidomy detektyw (7) – serial kryminalny, Austria/Niemcy 2022 Alex i Niko prowadzą śledztwo w sprawie serii tajemniczych zgonów.	6.00 Złoty interes (6) – program rozrywkowy 6.45 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.15 Miś Kudłatek (2, 3) – serial animowany 7.40 Bolek i Lolek na wakacjach (2-4) – serial animowany 8.15 Ranking najpolskiego kina (2) 8.50 Nibylandex – film krótkometraż., 2026 9.30 Krzyżacy – film hist., 1960, 215 min 13.05 Nie lubię poniedziałku – kom. obycz., 1971, 150 min 15.35 Piłsudski – film biograf., 2019, 135 min 17.50 Konsul – komedia krym., 1989, 130 min	6.00 Komisarz Rex 12 (12) – serial kryminalny, Wł. 7.00 Komisarz Rex 4 (13-15) – serial krym. 10.00 Hudson i Rex 2 (9-11) – serial krym. 13.00 Robin z Sherwood (5) – serial przygodowy 14.20 Książę i ja 4: W krainie słoni – komedia romantyczna, USA 2010, 115 min 16.15 Nie ma róż bez ognia – komedia obyczajowa, Polska 1974, 120 min 18.15 Sierżant Bilko – komedia, USA 1996, reż. Jonathan Lynn, wyk. Steve Martin, Dan Aykroyd, 105 min
SCIENCE FICTION	KOMEDIA SENSACYJNA	DRAMAT WOJENNY	KRYMINALNY	BIOGRAFICZNY	SENSACYJNY
21.00 Klasyczna niedziela: Obcy kontra Predator 2 – USA 2007, 115 min W Kolorado rozbija się statek kosmicznych wojowników. Załoga padła ofiarą groźnego stworzenia. Potwór zaczyna się rozmnażać. Predator musi unicestwić hybrydę. 22.55 Kobiety bez wstydu – komedia, Polska 2016, 135 min 1.10 Ślad (109, 110) – krym. 3.05 Gliniarze (353, 354) – serial paradokum. 5.10 Na ratunek 112 (880) – serial paradokum.	20.00 Pan i pani Smith – USA 2005, 150 min John i jego żona Jane pracują jako płatni zabójcy. Żadne z nich nie wie jednak o profesji partnera. Pewnego dnia dostają zadanie zlikwidowania siebie nawzajem. 22.30 The Office PL 3 (2) – serial kom., Pol. 2023 23.05 Comedy Club 9 (1, 2) 0.05 Miasteczko South Park 3 – serial anim. dla dorosłych, USA 2.05 Pracocholicy 4 (11-13) 3.30 Pracocholicy 5 (1) 4.00 Śmieśnij nie będzie 2 (9-12)	20.00 Furia – USA/Chiny/Wielka Brytania 2014, 170 min Rok 1945. Po zwycięskiej operacji w Ardenach alianci zmierzają do Berlina. Grupa śmiółków pod wodzą Colliera ma przeprowadzić sabotażową akcję na tyłach wroga. 22.50 Siedem – thriller, USA 1995, 160 min 1.30 Epidemia strachu – thriller s.f., USA/ZEA 2011, 125 min 3.35 Andrzej Sołtysik przedstawia 3 (17) 4.05 Ukryta prawda (1380) – paradok., Pol.	20.00 Morderstwo w Bearn – Francja 2023, 120 min W rzece znaleziono zwłoki Céline Casteran. Héloise zajmuje się śledztwem w sprawie. Wspólnie z komendantem Jeanne Laborde kierują się do domu męża ofiary. 22.00 Morderstwo na Wyspach Leryskich – krym., Francja 2023, 120 min 0.00 Morderstwo w Charentes – krym., Francja 2022, 120 min 2.00 Kobra - oddział specjalny (2) – sens.	20.00 Anna German. Tajemnica białego anioła (7, 8) Producent Carriaggi jest zachwycony głosem Anny. Zaczyna ją promować. Na Festiwalu Piosenki w San Remo publiczność przyznaje German specjalną nagrodę. 22.25 Mistrz – dramat biograf., 2020, 95 min 0.00 Ekstradycja 3 (9, 10-ost.) – sens. 2.45 Skrzydlate świnię – komediodramat, 2010, 130 min 4.55 Moja – krótkometraż. 5.30 Masza	20.00 Uprowadzona 3 – Francja/Hiszpania/USA 2014, 140 min Byli agent Mills niebawem zostanie dziadkiem. Gdy ginie jego była żona, on staje się głównym podejrzanym. Próbuje odnaleźć mordercę, a także ochronić córkę. 22.20 Najlepsi z najlepszych 3: Bez odwrotu – film sens., USA 1995, 95 min 23.55 Oczy węży – thriller, USA 1998, 145 min 2.20 Obława – dramat wojenny, Polska 2012, 120 min
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI	FX HD	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV HD
10.20 Nade mną niebo, w dolinie ja – film obyczajowy, 2024, 95 min 11.55 Inferno – thriller, USA/ 13.55 Węgrzy – 120 min 13.55 Sprawa Kramerów – dramat obyczajowy, USA 1979, 105 min 15.40 Faceli w czerni 3 – kom. s.f., USA 2012, 105 min 17.25 2012 – film katastroficzny, USA/Kanada 2009, 155 min 20.00 Incepcja – thriller s.f., USA/ 22.25 Sztuka kradzieży – komedia kryminalna, Kanada/USA 2013, 90 min 23.55 Fargo 4 (1, 2) – serial krym.	6.00 Graczykowie (10-14) 8.30 Świat według Klepskich (10-15) – serial kom., Polska 11.30 Bob kocha Abisiole 5 (9-13) – serial komediowy 14.00 Bob kocha Abisiole (1) 14.30 Święty (4-8) – serial kom. 17.00 Świat według Klepskich (11-15, 1-3) – serial kom. 21.00 Co ludzie powiedzą? (6) 21.35 Co ludzie powiedzą? 2 (1) – serial kom., Wlk. Bryt. 22.20 Jedną nogą w grobie 5 (1-3) – serial kom., Wlk. Bryt. 0.30 Czarna Żmija 2 (2, 3) 2.00 Grono nie-pedagogiczne 3 (6-10) 4.30 Comedy Club 4 (3-5)	11.10 Megalodon: Obłęd – horror, USA 2023, 110 min 13.00 Wojny drogowe: Furia – film przyg., 2024, 110 min 14.50 Wojna światów: Atak – film s.f., Wielka Brytania/Kanada 2013, 110 min 16.40 Pana Magorium cudowne emporium – komedia fantasy, USA 2007, 115 min 18.35 Płonąca pułapka – dram. sens., USA 2004, 145 min 21.00 Resident Evil: Witajcie w Raccoon City – horror, Kan./Niemcy 2021, 130 min 23.10 Pompeje – film katastrof., 2014, 130 min	8.40 FBI 4 (20, 21) – serial krym. 10.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (8, 9) – serial krym. 12.20 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (4, 5) 14.10 Z archiwum X (7, 8) – s.f. 16.00 The Hunting Party (1) – serial kryminalny, USA 16.55 Spider-Man: Daleko od domu – film s.f., USA/Czechy/Australia 2019, reż. Jon Watts, 160 min 19.35 Terminal – komedia romant., USA 2004, 160 min 22.15 Bez twarzy – dramat sensacyjny, 1997, 165 min 1.00 Zabójcze umysły 14 (13, 14) – serial kryminalny	11.25 A oni dalej grzeszą, dobry Boże! – komedia, Fr./Belgia 2021, 120 min 13.25 Pierwsza liga – komedia, USA 1989, 140 min 15.45 Grobowiec smoka – film przyg., Wielka Brytania/Chiny 2013, 115 min 17.40 Robin Hood: Początek – film przygodowy, USA/Hongkong/Chorwacja 2018, reż. Otto Bathurst, 140 min 20.00 Joker – dramat sensacyjny, USA 2015, 120 min 22.00 Za linia wroga – film sensacyjny, 2001, 125 min 0.05 Łowca błyskawic – film sensacyjny, 1999, 125 min	13.55 Zabójcze tropiki (5, 6) 16.15 Rosamunde Pilcher: Róża z Kerrymore – film obyczajowy, Niemcy 2001, reż. Axel de Roche, 110 min 18.05 Dr Nice - Natura miłości – film obyczajowy, Niemcy 2025, 115 min 20.00 Dr Nice - Mój najukochańszy wróg – film obyczajowy, Niemcy 2025, 115 min 21.55 Dr Nice - Noc życzeń – film obyczajowy, Niemcy 2025, 115 min 23.50 Inga Lindström: Śmiertelny wróg – film obycz., 2024, 115 min
CINEMAX 2 HD	VIAPST DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ HITS HD	PARAMOUNT NETWORK HD
12.20 Życie i miłość – film obyczajowy, 2024, 125 min 14.25 Klik: I robisz, co chcesz – komedia, USA 2006, reż. Frank Coraci, 110 min 16.15 Jerry Maguire – dramat obyczajowy, 1996, 135 min 18.30 Ad Astra: Ku gwiazdom – film przyg., USA/Chiny/Brazylia 2019, 120 min 20.30 Filadelfia – dramat obyczajowy, 1993, 125 min 22.35 Co ci jest, dziewczyno – film dla młodzieży, 2025, 90 min 0.05 Ośma klasa – komediodramat, USA 2018, 95 min	10.50 Poirot 3 (3-6) – serial krym. 15.10 Dalglish (3) – serial krym. 17.15 Inspektor George Gently 7 (3) – serial krym. 19.15 Projekt Błękitna Księga (9) – serial s.f., Kanada/USA 20.05 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (7) – serial krym., Australia 21.00 Morderstwo w małym mieście (3) – krym., Kan. 22.00 Marlow: klub zbrodni (3) 23.00 Detektyw Murdoch 18 (6) – krym., Kan./Wlk. Bryt. 23.55 Detektyw Murdoch 18 (11-15) – serial kryminalny 3.55 Morderstwo w małym mieście (3) – krym., Kan.	5.00 Historia Juany (51-55) – telenowela, Meksyk 2024, wyk. Camila Valero 10.00 Otchłan namiętności (124-128) – telenowela, Meksyk 2012 15.00 Róże i grzechy (23-27) – telenowela, Turcja 2025, wyk. Murat Yildirim 20.00 Rubi (116, 117) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori 22.00 Za wszelką cenę (94-98) – telenowela, Brazylia 2025, wyk. Paolla Oliveira 3.00 Rubi (116, 117) – telenowela, Meksyk 2004, wyk. Bárbara Mori	7.30 Diabli nadali (5-9) – kom. 9.55 Sposób użycia (11-13, 2) 12.30 Simpsonowie 31 (19-22) 14.30 Wszyscy kochają Raymonda 7 (16-22) 17.55 Ewolucja – komedia s.f., USA 2001, 125 min 20.00 Faceli w czerni – kom. s.f., USA 1997, 120 min 22.00 Faceli w czerni 2 – kom. s.f., 2002, 100 min 23.40 Wszyscy kochają Raymonda 7 (22, 23) 0.35 Wszyscy kochają Raymonda 8 (24, 1) – kom. 1.40 Family Guy: Głowa rodziny 19 (15-19) 4.10 Duchy (1) – serial fantasy	12.00 Linoleum – komediodram., 2022, 115 min 13.55 Coco Chanel – dramat biograficzny, 2009, 120 min 15.55 Belcanto – melodramat, USA 2018, 115 min 17.50 Czekając na Dalego – komediodramat, Hiszpania 2023, 130 min 20.00 Powrót Bena – dramat obyczajowy, 2018, 115 min 21.55 Niewygodna prawda – dramat biograficzny, Australia/USA 2015, reż. James Vanderbilt, 135 min 0.10 Wszystko poszło dobrze – dramat obyczajowy, Francja/Bel. 2021, 125 min	10.00 Marley i ja – komedia, USA 2008, 165 min 12.45 Truman Show – komediodramat, USA 1998, 135 min 15.00 Książę w Nowym Jorku – komedia, USA 1988, reż. John Landis, 150 min 17.30 Top Gun – film sensacyjny, USA 1986, 150 min 20.00 Zapowiedź – thriller, USA/Wielka Brytania/Australia 2009, 150 min 22.30 Terminator – film s.f., USA/Wlk. Bryt. 1984, 125 min 0.35 Sin City - Miasto grzechu – thriller, USA 2005, 155 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT HD	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
9.00 Pływanie: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 2. dzień 10.30 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Bellwaldzie – podsumowanie 11.00 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne: Włodawa – Lubartów 12.00 Kolarstwo: Tour de France – 20. etap 12.50 Formuła E: ePrix Japonii – 2. wyścig 14.15 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne – 3. etap 15.30 Kolarstwo: Tour de France – 20. etap 16.00 Kolarstwo: Tour de France – 21. etap	6.00 Siatkówka kobiet: LN – półfinał 8.30 Siatkówka kobiet: LIGA Narodów – studio 9.15 Siatkówka kobiet: LN – mecz o 3. miejsce 12.00 Siatkówka kobiet: LIGA Narodów – studio 13.15 Siatkówka kobiet: LIGA Narodów – mecz finałowy Rok temu w finale Włoszki pokonały Brazylijkę. Kibice liczą na równie dobre spotkanie w tym roku. 15.30 Siatkówka kobiet: LIGA Narodów – studio 16.30 Siatkówka kobiet: LIGA Narodów 17.30 Siatkówka mężczyzn: LN	6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 8.20 Liga+ – magazyn piłkarski 9.30 Wysoki Pressing – magazyn sportowy 11.00 Na pierwszym planie (1) – dok., Pol. 11.40 Premier League Review – magazyn piłkarski 13.35 Liga+ – magazyn piłkarski 15.00 Wyścigi konne: Tor Służewiec 2026 – Gala Derby W rywalizacji wezmą udział trzyletnie konie angielskiej krwi. 18.00 1 na 1 Extra: Piotr Rutkowski – magazyn sportowy	5.55 Sportowy wieczór – program inform. 6.30 Lekkoatletyka: Mistrzostwa Polski – Białystok 2026 – 2. dzień 8.25 Piłka nożna: Betclit 1. Liga – mecz: Lechia Gdańsk – Pogoń Grodzisk Mazowiecki 10.30 Kamera TVP Sport (1) 11.45 Strongman: PP – Międzyrzecz 2026 12.45 Lekkoatletyka: MP – Białystok 2026 – 3. dzień 17.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew – Motor Lublin 20.05 Żużel – studio	6.00 Formuła 3: Grand Prix Węgier – sprint 7.20 Formuła 2: Grand Prix Węgier – sprint 8.35 Formuła 3: Grand Prix Węgier 9.50 Formuła 1: Grand Prix Węgier – sesja kwalifikacyjna 11.20 Formuła 2: Grand Prix Węgier 13.00 Formuła 1: Grand Prix Węgier – parada kierowców 13.30 Formuła 1: Grand Prix Węgier – studio 14.55 Formuła 1: Grand Prix Węgier 17.00 Formuła 1: Grand Prix Węgier – studio	6.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22 (1) – dok. 8.00 Rolnicy w akcji (3) 9.00 Złomowisko PL 4 (1, 2) – serial dokum. 11.00 Poza cywilizacją (1) 12.00 Przygody truckerki (8) – serial dokum., Pol. 13.00 Cieżarówką przez Afrykę (7) – dok., Pol. 14.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok. 15.00 Złoto drwali – dok. 16.00 Zawodowcy (1) 17.00 Nic do ukrycia 2 (1) – serial dok., Pol. 2022 18.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (10) – dok. 19.00 Celnicy na straży Niemiec (4) – dok.
PLYWANIE	SIATKÓWKA KOBIECI	MAGAZYN SPORTOWY	ZUŻEL	FORMUŁA 1	DOKUMENTALNY
20.30 Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 3. dzień Sesja wieczorna upłynie pod znakiem rywalizacji stylem grzbietowym kobiet (100 m) i mężczyzn (200 m). 22.45 Stermierka: MŚ – Hongkong 2026 – 2. dzień 0.30 Kolarstwo: Tour de France – 21. etap 1.30 Pływanie: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 3. dzień 3.00 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne	20.00 Liga Narodów – mecz o 3. miejsce Rok temu w walce o brązowy medal Japonia zmierzyła się z Polską. Do rozstrzygnięcia tej rywalizacji potrzebne były cztery sety. Ostatecznie to Japoni musiał użyć wyższość polskich reprezentantek. W tym roku Polki nie były jednak w stanie awansować do fazy finałowej, by powalczyć o powtórzenie tego sukcesu. 22.30 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz finałowy 1.00 Boks	19.15 Wysoki Pressing Prowadzony w lekkiej formule telewizyjni śniadaniowej program poświęcony piłce nożnej. Gospodarzami są Daria Kabala-Malarz i Michał Kołodziejczyk. 21.00 Liderzy. W centrum gry (5) – dok., Polska 22.00 Boks: BKFC Fight Night: Urugway: Gaston Reyno – Josh Krejci 0.15 Sporty walki: ONE Friday Fights 163 1.20 Premier League Stories (50) – mag. 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa	20.20 Mecz towarzyski: Polska – Australia Podopieczni Stanisława Chomskiego przygotowują się do Drużynowych Mistrzostw Świata. W Rybniku zobaczymy w akcji między innymi Bartosza Zmarzlika i Patryka Dudka. 23.00 Sportowy wieczór – program informacyjny 23.30 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne – 3. etap 0.35 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie	18.00 Grand Prix Węgier George Russell ma za sobą serię udanych wyścigów. Do Węgier przybywa uskrzydłony m.in. zwycięstwem w Grand Prix Austrii. 20.15 Formuła 2: Grand Prix Węgier – sprint 21.30 Formuła 3: Grand Prix Węgier – sprint 22.50 Serie A – mag. 0.00 Made in Italy (13-15) 1.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) 2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Lazio – Parma	20.00 Akta ekspedycji 2: Badając historię USA, Josh Gates przedstawia szokującą teorię dotyczącą Johna Wilkesa Bootha. Obala te mity związane z nocną ekspedycją Paula Revere'a. 21.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok. 22.00 W oku cyklonu: łowcy burz (5) 23.00 Celnicy na straży Niemiec (4) – dok. 0.00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
12.00 Stermierka: Mistrzostwa Świata – Hongkong 2026 – 2. dzień 14.15 Motocross: MŚ w Loket – 1. wyścig w klasie MXGP 15.00 Motocross: MŚ w Loket – 1. wyścig w klasie MX2 16.00 Motocross: MŚ w Loket – 2. wyścig w klasie MXGP 18.00 Pływanie: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 2. dzień 19.00 Golf: 3M Open – finał 0.00 Pływanie: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 3. dzień	15.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie – mecz finałowy kobiet i mecz finałowy mężczyzn – ceremonia medalowa 17.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie – ceremonia medalowa 18.30 Tenis: Turniej ATP w Estoril – finał gry pojedynczej 21.00 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Magomed Ankalaev – Bogdan Guskov 23.00 Tenis: Turniej ATP w Kitzbühel – mecz finałowy gry pojedynczej 1.00 Sporty walki: FEN	8.30 Tenis: Turniej WTA w Pradze – mecz półfinałowy gry pojedynczej 11.00 Tenis: Turniej WTA w Pradze – półfinał 13.25 8 wspaniałych (3) – dok. 14.00 Tenis: Turniej WTA w Pradze – finał 16.30 Tenis: Turniej WTA w Pradze – półfinał 19.00 Tenis: Turniej WTA w Pradze – półfinał 21.30 Tenis: Turniej WTA w Pradze – finał 0.00 Tenis: Turniej WTA w Pradze – półfinał 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa	6.00 Action Sports World (19, 20) – mag. sportowy 8.00 KPW Kombit TV (12) – program sportowy 9.00 WWE Classic Gold (1) – program sportowy 10.00 AEW Dynamite (2629) 12.00 AEW Collision (2629) 14.00 AEW PPV (4) – pr. sportowy 19.30 WWE Classic Gold (80) – program sportowy 21.00 PTW Wrestling (30, 10) – program sportowy 2.30 New Japan Wrestling – Highlights (27) – program sportowy 3.00 Action Sports World (21-23) – magazyn sportowy	14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Atalanta 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – VfB Stuttgart 18.00 Formuła 3: GP Węgier 19.00 Formuła 2: GP Węgier 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Como – Inter 22.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski 22.55 Bundesliga Special (21) 0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Olympique Lyon 2.00 HHH – Hamburger SV	10.30 Pojedynek na modę (4) 11.15 Megasknery 2 (10) – dok. 12.45 Klinika bez tajemnic 14.45 Powrót doktora Szczyty 15.45 Jak to robią zwierzęta? 16.15 Misja ratunkowa (2, 3) 17.45 Wycieczkowicz (8) 18.45 W czym do ślubu? 19.45 Salon sukien ślubnych: Indie (1) – pr. rozrywk. 20.15 Salon sukien ślubnych: Dubaj (1) – pr. rozrywk. 20.45 Dziecko czy oszustka. Przypadek Natalii Grace 21.45 Rodzina wielkiej wagi 22.45 Historia wielkiej wagi 0.45 Sekrety lekarzy (9) 1.45 Sekrety chirurgii (4)
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 3 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
15.25 Strzelnica Navala (3) – magazyn sportowy 15.55 Boks: Walka o mistrzostwo Polski w Sopocie – waga ciężka: K. Meyna – M. Wach 18.55 Sporty walki: Babilon MMA 43 w Skierkiewiczach: Mateusz Makarowski – Krzysztof Mendlewski 20.35 Z archiwum ESPN – mag. 21.20 Boks: Babilon Boxing Show w Żyrardowie – waga półciężka: Paweł Stępień – Łukasz Staniłoch 23.45 Sporty walki: FEN 52 w Ostrowie Wielkopolskim – walka: Marcin Łazarz – Bartosz Szweczyk	8.30 Tenis: Turniej ATP w Estoril – półfinał gry pojedynczej 11.00 Tenis: Turniej ATP w Estoril – półfinał gry pojedynczej 13.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 15.00 Tenis: Turniej ATP w Kitzbühel – finał 17.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 19.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 21.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	9.30 Wysoki Pressing – mag. 11.10 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 13.30 Bohater z Cienia – dok. 14.00 Dart: Women's World Matchplay 18.15 Boks: Gala w El Paso: Stephanie Han – Holly Holm 19.15 Na pierwszym planie (1) 20.00 Liderzy. W centrum gry 21.00 Dart: World 23.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Raków Częstochowa – Wisła Płock 1.30 Boks: BKFC Fight Night: Urugway – waga lekka: Gaston Reyno – Josh Krejci	12.00 Bundesliga Special – magazyn piłkarski 13.30 Bundesliga Clubs – mag. 14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – Bayer 16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lens – Toulouse 18.00 Serie A – mag. piłkarski 18.55 Ligue 1 Show (35) – mag. 19.20 Made in Italy (20, 19, 18) 20.05 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Porto – CD Tondela 22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Cagliari Calcio – SSC Napoli 0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Hoffenheim – BVB	11.00 Bundesliga Special 12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Genoa 14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – Stade Rennais FC 16.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1-4) – mag. 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Napoli – Milan 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: 1. FC Union Berlin – 1. FC Köln 22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Brestois – Lens 0.00 Bundesliga Clubs – mag. 1.00 Pierwszy tytuł Kloppa	13.30 Nowa Kaledonia: dzika wyspa – film dok., Fr. 2020 14.30 Bałtyk – film dokum., Pol. 15.40 Wyspa olbrzymów – dok. 16.40 Wielkie pomniki przyrody: Islandia – dok. 17.40 24 godziny na kole podbiegunowym – dok. 18.35 Zapalcenicy. Historia polskiego filmu animowanego – film dok. 20.10 Każda mała rzecz – dok. 21.50 Larger than Life: Złota era boysbandów – dok. 23.30 Fenomen Taylor Swift – więcej niż gwiazda 0.30 Dwadzieścia lat później: C.K.O.D.3 – film dok., Pol.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
6.00 Tajemnice lądowania na Księżycu (5, 6) – serial dokumentalny 8.00 Poszukiwacze dinozaurów – serial dokumentalny, USA 10.00 Jak to jest zrobione? – dok. 12.00 Zwyczajne rzeczy – niezwykle wynalazki (8) – dok. 14.00 Inżynieria ekstremalna – dok. 15.00 Pogromca mitów w akcji (2) – dok., USA 16.00 Misja SpaceX – powrót z kosmosu – film dokumentalny 18.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada	6.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dokumentalny, USA 8.00 Ciało w piwnicy – serial dokumentalny 10.00 Krag podejrzanym – serial dokumentalny 12.00 Śmierć w cieniu stadionu – serial kryminalny, USA 2022 14.00 W sieci kłamstw – serial dokumentalny 16.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 2 – serial dokumentalny 17.00 Zbrodnia w sąsiedztwie 6: Krzyżowe morderstwo – serial dokumentalny 18.00 Żyjąc z potworem – serial dokumentalny	11.00 Porzucone konstrukcje (4) 12.00 Stacja Amsterdam (2): SAIL – serial dok. 13.00 Odkrywcy: Na wodach Pacyfiku (1, 2-ost.) 15.00 Imperium Mongołów: Historia Czyngis-chana (6) 16.00 Starożytne konstrukcje (3) 17.00 Wojna z ZSRR: Wielkie konstrukcje III Rzeszy (1) – film dokum., Kanada 2018 18.00 Hitler: Zaginione taśmy III Rzeszy (1) 19.00 UFO: Przelomowe śledztwa (2) – dok. 20.00 CIA: Tajemnice i szpiegdy (4) – dok.	6.00 Wehikuł czasu (726) – program informacyjny 6.05 48h. Zaginięni (45) – serial krym., Polska 7.00 Rolnicy. Podlasie (1, 2) – serial dokumentalny, Polska 9.00 Działkowcy (5, 6) – serial dok., Pol. 2021 11.00 Z klimatem i z pasją (10) – program publicystyczny 11.30 Wojny magazynowe (8-12) – reality show 14.00 Gwiazdy lombardu 25 (16) – reality show 15.00 Tajemnice piramid (5, 6) – serial dokumentalny, Francja	8.55 Znak orla (9, 10) 10.05 Tajemnice kultowych seriali (5) 11.00 Legenda. Hubert Jerzy Wagner 12.00 Wszystkie kolory świata – dok., Francja 13.10 Góry Europy (4) 14.10 Flesz historii (771) 14.35 Midway – film wojenny, USA/Kanada 2019, 140 min 16.55 Tutanchamon: życie, śmierć i dziedzictwo (1) 17.50 Blisko, coraz bliżej (17) – obycz., Pol. 1986 19.10 Nieznana wojna na Północy (4) – dok. 20.15 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (4)	10.10 Gwiazdy lombardu 25 (3, 4, 18) – reality show 13.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 5 (5) – serial dok., USA 14.00 Piątka z historii (1) – serial dokumentalny 14.25 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (7) – dok. 15.20 Starożytni kosmici 17 (13) – dok. 16.10 Tajemnice zaginionych miast (1) – serial dok. 17.10 II wojna światowa w kolorze: największe bitwy (4-6) – serial dok., 2021 20.00 Starożytni kosmici 13 (19) – dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DRAMAT SPOŁECZNY	DOKUMENTALNY
20.00 Wyprawa w nieznaną 10 – USA Josh angażuje się w eksperyment, którego celem jest odtworzenie konstrukcji starożytnej piramidy i sprawdzenie, jak mogła powstać. Chce zweryfikować różne teorie. 21.00 Wyprawa w nieznaną 9 – dok. 22.00 Pojedynki wizjonerów – dok. 0.00 Tajemnice lądowania na Księżycu (1, 2) – serial dokumentalny 2.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dok.	20.00 Zabójczy blond 2: Zabójstwo w przebraniu – USA 2025 Młoda kobieta marzy o popularności i rozpoznawalności w mediach społecznościowych. Nie zauważa jednak, jak stopniowo wpada w pułapkę mrocznego świata. 21.00 Tajemnice jeziora Erie – serial dok., USA 0.00 Żyjąc z potworem: jak wychowałem mordercę – serial dokumentalny, USA 1.00 Tajemnice jeziora Erie – serial dok., USA	21.00 Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (1, 2) Znany aktor chce się dowiedzieć, czy komuś z mieszkańców Pompejów udało się uciec po erupcji Wezuwiusza. Rekonstruuje losy nastoletniego czeladnika, żołnierza oraz kobiety. 23.00 Katastrofa w przestworzach (1, 9) – serial dok., Kan. 2.00 Alaska: Następne pokolenie (7, 8) – serial dokumentalny 4.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (3) – dok.	17.00 Rolnicy. Podlasie (27-30) – Polska 2026 Gospodarze udają się na mecz Pomarańczowych z Czarnymi. Po końcowym gwizdku wynik nie ma znaczenia – najważniejsze jest umocnienie więzi. 21.00 Najpiękniejsze domy na wsi (4) 22.00 Europejska mafia samochodowa 23.00 Pogromcy mafii (6) 0.00 Największe śledztwa CBŚP (6) 1.00 Rolnicy. Podlasie (47-50) – serial dok. 5.00 Kołowrotek (8, 9)	21.20 Człowiek z żelaza FILM – Polska 1981, 160 min Sierpień 1980 roku. Dziennikarz Winkel ma zrobić reportaż kompromitujący działacza strajkowego w Stoczni Gdańskiej. Stopniowo poznaje jego historię. 0.00 Pułkownik Kwiatkowski – komediodramat, Polska 1995, 130 min 2.10 Blisko, coraz bliżej (17) – obycz., Pol. 1986 3.25 Historia w postaciach zapisana – cykl dokum., Francja 2021	21.00 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (3) David bada kulisy wybuchu nuklearnego przeprowadzonego głęboko pod powierzchnią w stanie Missisipi oraz odkrywa historię bunkra wojennego, zbudowanego z myślą o schwyтaniu szpiegów. 22.00 Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (19) – dok. 23.00 Starożytni kosmici 17 (7, 8) – serial dokumentalny 0.50 Starożytni kosmici 13 (19)
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
8.00 Tropicielek rodzinnych historii (5) – serial dokum. 9.00 Wyścił po antyki – dok. 10.00 Brudne skarby – dok. 12.00 Łowcy starości (15) – dok. 13.00 Walka o bagaż (11, 12) 14.00 Tajemnice starożytnych mumii (8) – serial dok., USA 15.00 Zoom na architekturę (8) 17.00 Tajemnice ziemi – Hiszpania (8) – dok. 18.00 Pogromca mitów w akcji – serial dok., USA 19.00 Na ratunek starcom 20.00 Legendarne miejscówki 23.00 Nawiedzona Irlandia 1.00 Hazardziści – serial dok. 2.00 Było, nie było (6) – dok.	13.35 Stormborn – Zrodzone w burzy (3) – serial dokum. 14.40 W poszukiwaniu 9. planety – film dok., Fr. 15.50 Wszystko o Marii. Matce Bożej (2) – dok., Fr. 16.55 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (4) 18.40 Dokąd dzisiaj? 4 18.40 Polska z góry 9 (6, 7) 19.45 Gene Kelly. Arcycancier – film dok., Francja 2024 20.50 Robert De Niro. W centrum uwagi – dok. 22.00 Dolly Parton – amerykański skarb 23.10 Kobiety i pieniądze (2) 0.20 Polując na drapieżców	13.00 Wędrowki zwierząt 14.00 Sekretne życie pszczoł 15.00 Morze Czerwone: magiczny ogród ewolucji – dok., Austria 16.00 Parki narodowe Stanów Zjednoczonych (1) – dok. 17.00 Atak rekina: przyczyny 18.00 Bertie Gregory: bliskie spotkanie z rekinami 19.00 Dziką przyrodą strefy równikowej (3) – dok. 20.00 Europa z powietrza 21.00 Dziką konfrontacja (1) 22.00 Dzikie cuda Europy (2) 23.00 Dziką Północ Europy (2) 0.00 Śmierć przychodzi po zmroku (6, 1) – serial dok.	10.20 Pantanal – cud brazylijskiej przyrody 11.25 Niezwykła przyroda Madagaskaru – film dok. 12.35 Nil: rzeka ostateczna (1-3) – film dokum., Austria 15.55 Wybrzeża drapieżców 17.00 Zwierzęta: maszyny doskonałe (2) – dok., Kan. 18.00 Wspólna planeta (4) 19.10 Epoka lodowcowa: zamrożony świat (3) 20.10 Czas gigantów – 2 – dok. 21.15 Dziką Alaską (3) – dok. 22.25 Nasza zima zła (4) – dok. 23.30 Rzeczne potwory 6 (1-5) 4.10 Dziką Alaską (3) – dok. 5.00 Nasza zima zła (4) – dok.	10.00 Najpiękniejsze trasy spacerowe (6) – dok. 11.00 Sekretne życie ogrodu 12.10 W okowach mrozu 4 (19) 13.15 Wietnamskie przysmogi Billa Bailey (1) – dok. 14.25 Wyspy Pacyfiku (2, 3) 16.35 Prawda o pigułkach antykoncepcyjnych 17.40 W okowach mrozu 4 (20) 18.45 Mroźna planeta 2 (5, 6) 21.00 Sekretne życie ogrodu 22.10 W okowach mrozu: Kanada 2 (6) – dok., Kan. 23.10 Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku 0.15 Największe zagadki nauki (2) – dok., Wlk. Bryt.	11.00 Weterynarz z Gór Skalistych – serial dok. 13.00 Alaską: przetrwać na krańcu świata – dok. 15.00 Mekka żarłacz białych 16.00 Legenda głębin – dok. 17.00 Cztery kąt, cztery łapy 18.00 Podwodny świat z bliska – serial dok., USA 19.00 Jak to robią zwierzęta? 20.00 Zagadki świata zwierząt – serial dok., USA 21.00 Nowojorskie Zoo – Bronx – serial dok., USA 22.00 Projekt akwarium 23.00 Człowiek w roli ofiary 1.00 Supermocy małych stworzeń – serial dok.
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
11.35 Podróżnicy – odkrywcy 12.40 Życie lasu. Bogactwo runa i podszytu – dok. 13.35 Podróż Małej i Dużej 4 14.00 Tacy byliśmy (7) 14.30 Stuk, stuk – świat dzieciła – film dokum. 15.25 Zew dzikiej natury – dok. 16.25 W głąb wszechświata: zagadki kosmosu (1) 17.25 Kultura miejska (8) 18.25 Sanatorium miłości 6 (6) 19.20 Miałem farta – film dok. 20.05 Kwintesjencja Irlandii 22.15 Bez maski (2) – film dok. 23.15 Tamte lata, tamte dni 23.55 W obronie zwierząt 1.15 Sanatorium miłości 6 (5)	10.40 Potęga i mit hitlerowskiego SS (4) 11.50 Nieznany syn Hitlera 13.00 Kolaboranci Hitlera (4) 14.05 Zaginione złoto II wojny światowej (8) – serial dok. 15.05 Poszukiwacze historii 16.00 Największe mity historii 18.25 Prawdziwa historia komunizmu – film dokum. 20.20 Ostatni rok Hitlera – dok. 19.05 Jezus i jego życie (3, 4) 22.00 Dawni budownicowie. Rzeźbiarze z Wyspy Wielkanocnej – film dok. 23.05 Sekretny świat amizów – dok., Wlk. Bryt. 0.20 Kroniki Hitlera (2) – dok.	6.15 Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2 (2-6) – dok. 11.00 Kowboje z zimnych wód 3 (6-8) – serial dok. 14.00 Kowboje z zimnych wód 4 (1, 2) – serial dok. 16.00 Australijskie poszukiwacze złota 8 (6-10) – serial dok., Australia 21.00 Special Ops: Prawda (1, 2) – serial dokumentalny 22.10 Tytani KSW (2) – film dok. 23.10 Military ranking (8) – serial dok., Wlk. Bryt. 2016 0.25 Gruchoty z kanadyjskiej guszy (9, 10) – dok., Kan. 1.55 Samochody marzeń (1-5) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024	8.40 Konkwistadorzy: powstanie i upadek (1-3) 11.35 Starożytność: zdrady 14.50 Kryminologia starożytności (1) – dok. 15.50 Wojna światowa: 1914-1945 (6-8) – dok. 19.00 II wojna światowa: ostatnie miesiące (1, 2) 21.00 Wezuwiusz: historia zaginionych zwojów 22.15 Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty (1, 2) – dok. 0.30 Wojna Adolfa Hitlera (6) 1.25 Życie prywatne zwycięzców Rzeszy 4.30 Zakazana historia 7 (3, 4) 5.55 Historia Troi (2) – dok.	17.00 Zbrodnia: oszukać prawdę (8) – serial dokum. 18.00 Sędzia Rinder: zbrodnia, której nie da się zapomnieć (1) – serial dok. 19.00 Nastoletnie polskie zabójczynie (5, 6) – dok. 20.00 Najsłynniejszy dom publiczny – Mroczne sekrety (2) – serial dok. 21.00 Najbardziej szokujące przypadki sądowe 22.00 Najbardziej szokujące pociągi 2 (19, 10) – dok. 23.00 Dowody zbrodni: krwawy Zachód (4) – dok. 23.55 Spowiedź seryjnego mordercy (4) – serial dok.	6.00 Z wędką na koniec świata (6, 7) – serial dok. 8.05 Smakuj świat z Pascalem (6-9) 10.15 Azja Express (4) 11.50 Baseny z rozmachem 14.00 Człowiek kontra jedzenie (6-9) – mag. kulin. 16.00 Kobieta na krańcu świata (3-6) – serial dok. 18.15 Ciepłarówka przez Stany 21.15 Duchy Alaski (6) – serial fabularno-dokumentalny 22.20 Święte miejsca (1) – dok. 23.20 Ambasadory luksusu (1, 3) 1.20 W co wierzą Osbourne'owie (6-9) 5.20 Za Donalem... do Europy

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TNN STYLE HD	
12.00 Anioł Pański 12.15 Między ziemią a niebem – magazyn 12.50 Słowo na niedzielę 13.00 Transmisja mszy świętej z kościoła pw. św. Mikołaja w Wysokiej 14.15 Piłka nożna: Betclit 14.25 Piłka nożna: Betclit 17.00 Teleexpress 17.25 Chichot losu (1) 18.15 Kabaretomaniacy (71) – pr. rozrywk. 19.10 Cafe Fogg (1) 19.30 Program informacyjny 19.30 19.55 Pytanie dnia – publ.	13.40 Prywatne życie zwierząt 13 (1) 14.10 Przyrodnik na tropie (40) – dok. 14.45 Olga Lipińska zaprasza (11) 15.45 Moje przeboje (2) 16.20 Omnibus – szybcy i mądrzy (15) – telet. 16.50 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (15) 17.10 Omnibus – szybcy i mądrzy (16) – telet. 17.40 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (16) – teleturniej 18.00 Koło fortuny (1985) 18.40 Szansa na sukces. Opole 2026 (6) 19.50 Łowcy śmiechu (1)	6.00 Komisarz Mama (31, 32) – serial krym. 8.00 Bogaty dom – biedny dom (105) 9.00 Rolniczek (19, 20) – serial dok., Pol. 2025 11.00 Działkowcy (8) – dok. 12.00 Najpiękniejsze domy na wsi (4) – serial dok., Pol. 2024 13.00 Bogaty dom – biedny dom (106) 14.00 Nasz nowy dom (247) – reality show 15.05 Demakijaż (226, 207) – program rozrywkowy 16.00 Bogate dzieciaki bez kasy (7, 8) – reality show 18.00 Nasz nowy dom (248, 249) – reality show, Polska	6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (198) – reality show 7.00 Ewa gotuje (476) – magazyn kulinarny 7.30 The Americas (4, 5) – serial dok., Wlk. Bryt. 9.25 Galileo (1184, 1185) – popularnonaukowy 11.25 Mini Galileo (87) 11.45 Pasażerowie – dramat s.f., USA/Australia 2016, 140 min 14.05 Podróż Guliwera – komedia przyg., USA 2010, 110 min 15.55 Bez hamulców – film sensacyjny, USA 2012, 120 min 17.55 Uroczysko (183-186) – serial krym., Polska	13.10 Zakup w ciemno extra (43) 13.40 Damy i wieśniaczki. PL 10 (2) – fab.-dok. 14.40 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (7) 15.45 Express – pr. inform. 16.05 Łato z TTV (2) – rozr. 16.10 Idź na całość 2 (17) 17.15 Życie na kredyt 8 (13) – reality show 17.45 Express – pr. inform. 18.00 Pogoda, sport 18.10 Życie na kredyt 8 (14) – reality show 18.45 Żony Podlasia 3 (8) – serial dok., Pol. 2025 19.45 Express – pr. inform. 20.00 Zakup w ciemno 6 (5) – reality show 21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (7)	5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4) 5.55 Będzie pięknie (8) 6.50 Bitwa o gości (7) 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn 11.30 Kuchenne rewolucje (5) – rozr. 12.30 Babski biznes (8) 13.30 Jestem z Polski 16 (27, 28, 26) – dok., Pol. 16.35 Bitwa o gości (8) 17.35 Do zobaczenia 2 (1) – mag. poradnikowy 18.10 Ugotowani (12) – pr. kulin.-rozrywk. 19.10 Kuchenne rewolucje (12, 8) – program rozrywkowy 21.05 Kate. Narodziny księżnej (3-ost.) – dok., Wlk. Bryt. 2025	
KRYMINALNY	ROZRYWKOWY	REALITY SHOW	KRYMINALNY	DOKUMENTALNY	ROZRYWKOWY	
20.20 Komisarz Alex 23 (287) – Polska 2025 W lesie porzucono ciało uprowadzonego syna sprzedawcy aut. Na miejscu Alex znajduje pudełko po prezerwatywach z odciskami palców byłej partnerki ofiary. 21.15 Łato z Radiem i Telewizją Polską 23.05 Kabaret Letnią Porą (14) – pr. rozrywk. 23.55 Pamiętam ciebie z tamtych lat – Wojciech Trzciński 0.40 Chichot losu (1) 1.30 Program informacyjny 19.30	20.50 Kocham Cię, Polsko! (9) Tym razem swoją wiedzę o naszym kraju sprawdzą m.in. Kasia Moś, Zygmunta Kuliś, Magdalena Smalara, Katarzyna Pakosińska, Andrzej Krzywy i Grażyna Wolszczak. 22.20 Postaw na milion – teleturniej 0.20 Koło fortuny (1985) 0.55 Omnibus – szybcy i mądrzy (15) – telet. 1.25 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (15) 1.40 Omnibus – szybcy i mądrzy (16) – telet.	20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (37) – Polska Wychowani przez zamożnych rodziców młodzi ludzie na kilka dni opuszczają swoje apartamenty, by zamieszkać z rodzinami, które ledwie wiążą koniec z końcem. 21.00 Gry małżeńskie (205) – reality show 22.00 Kolacja w ciemno (90) – pr. rozrywk. 23.00 Gry małżeńskie (190, 191) 1.00 Kolacja w ciemno (9, 10) – pr. rozrywk. 3.05 Wzięcie kobiet (49, 50) – serial dok.	20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1016-1019) – Pol. 2026 Kujawińska zdradza Kubisowi, kto zabił Bożenę. Jankowski wiezi dawnego przyjaciela. Gdy stan chorego przyjaciela się pogarsza, syn i synowa Szczepana buntują się. 0.05 STOP Drogówka 1.05 Polowanie na Hitlera (9, 10) – serial dok., Pol. 2021 3.05 Interwencja – mag. 3.25 Lubie disco! (289) 4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.	22.00 Żony Podlasia 3 (9) – Polska 2025 Aldona zabiera Laryse na spływ. Magda zostaje sama z dziećmi. Wpada na pomysł, by sprzedać krowy. Gala i Krysia zaczynają robić przetwory z buraków. 23.00 Nic do zgłoszenia 5 (7) – serial dokum., Pol. 0.00 Damy i wieśniaczki. PL 10 (3) – fab.-dok. 1.00 Kanapowcy 5 (7) 2.00 SOS. Ekipy w akcji (15, 16) – paradyk., Pol. 4.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (519) – serial fab.-dok., Pol.	22.10 EuroPOLKI studentki (5) Aleksandra opowiada o studenckim życiu w Amsterdamie. Widzowie zobaczą m.in. targ staroci. Ola zachęca też ekipę do spróbowania słodkich hot-dogów. 23.10 Cały jej świat (12) – program edukacyjny 0.10 Kobieta na krańcu świata (5) – dok., Pol. 1.10 Domy z potencjałem: Nowa odsłona (4) – program rozrywkowy 2.10 Nieoczekiwane miejsca (2, 5) – dok.	
TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD	TVP HD	
8.55 Ojciec Mateusz 23 (300, 301) – krym., Pol. 2020 10.45 Czy wiesz, że? (291) 11.20 Na sygnale (688, 689) 12.25 Ojciec Mateusz 7 (95) 13.20 Komisarz Alex 5 (59) 14.15 Ranczo 9 (117) – obycz. 15.15 Ranczo 10 (118) – obycz. 16.10 Postaw na milion – telet. 17.10 Okrasa lamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 26 (338) 19.20 Ranczo 9 (114-116) – serial obyczajowy, Polska 2015 22.20 Szczęśliwy człowiek – dramat obyczajowy, Polska 2000, 95 min 23.55 Jan Serce (7, 8) – obycz.	8.05 Przy muzyce po Śląsku 8.35 Muzyczne dzieło dobry 9.35 Przy muzyce po Śląsku 10.40 Klachy i Lachy – pr. rozr. 11.15 Muzyczne podróże Karoliny Treli – pr. rozr. 12.20 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk. 14.30 Śląska karuzela – muz. 16.00 Koncert zwycięż 17.50 Szlagierowa lista – muz. 19.45 Koncert w TVS – pr. muz. 21.50 Rosamunde Pilcher: Skradzione lato – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2011, 105 min 23.35 Śląska karuzela – muz. 1.20 Program kulinarny	8.00 Jakubiak rozgryza Chorwację (2-4) – mag. 9.35 Wojciech Cejrowski – bosko przez świat 11.45 Sensacje XX wieku 14.15 Cztery pancerni i pies (7, 8) – wojenny, Pol. 1966 16.15 Gang Olsen: Ostatnia misja – komedia sens., Dania 1998, 135 min 18.30 Kabaretowe przeboje 3 19.45 I love kabaret EXTRA (2) 20.00 Hity polskiego kabaretu 7 (9, 5, 4) – rozr. 23.00 Magia nagości. Polska – Najsmaczniejsze kaski 0.00 Adam szuka Ewy. Niemcy (6) – pr. rozrywk.	12.00 Wielkie lato małych ludzi – reality show 13.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7 (3) 14.00 Włoskie zdrady (25, 26) 15.00 Miłość za granicą 16.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa 2 – reality show 18.00 100 kucharzy 19.00 Słodki biznes 20.00 Wielkie lato małych ludzi – reality show 21.00 Wiza na miłość 12 23.00 Ciało, w którym żyje 0.00 Dr Przyszczyla – dok., USA 1.00 Wielkie lato małych ludzi – reality show 2.00 Wiza na miłość 12	16.35 Ekoporady z Julią Oleś 2 16.40 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (3) 16.50 Z pola na stoł (8) – dok. 17.15 U sąsiadów w kuchni 16 (15, 16) – serial dok., Niem. 18.25 Podróż piekarsza z Hebrzydów (3) – dok. 19.20 Jakubiak rozgryza Wietnam (4) – mag. kulin. 19.45 Dzień dobry, obiad (1, 2) 20.35 M jak mięso 4 (7, 8) – dok. 21.30 Wszystkie smaki fermentacji 2 (1) – dok. 22.05 Podróż przez smaki Chin 2 (4) – serial dokum. 23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8	9.30 Jeździć, obserwować 10.15 Z drugiej ręki (10, 1) 11.45 Naprawy nie do naprawy (6) – mag. 12.30 Wojsy samochodowe 14.30 Zawodowi handlarze 15.15 Ciężarówka przez Chile 16.15 Moto kombat (7, 8) 17.45 Raport końcowy (828) 18.10 Ciężarówka przez Stany 21.10 Wojsy samochodowe 22.10 Z drugiej ręki (10) – mag. 22.55 Naprawy nie do naprawy (6) – mag. 23.40 Ciężarówka przez Chile (8) – program rozrywkowy 0.40 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (5) – rozr.	
NOVA	NOVA TV	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO HD	HGTV
7.30 Interwencja – taka jest Polska (567) – mag. 8.20 Frieren. U kresu drogi 9.30 Dragon Ball Z Kai 2 13.00 One Punch Man (3, 4) 14.00 Kabaretowa Dynastia 16.00 Nowa Rewia Kabaretowa (22, 23) 18.00 Kabaret na żywo. Przystanek Radość (7) 20.00 Nowa Rewia Kabaretowa (16) – pr. rozr. 21.00 Zdrady (92-95) – paradok. 1.00 Łowca pedofilów 3.00 TV okazje (16, 17) 3.50 Wehikuł czasu (726, 725) 4.00 Sala operacyjna (9, 6) 5.00 Pod lupą (3, 4) – magazyn	8.10 Klan z Alaski (11, 12) 10.15 The Floor (1) – teleturniej 11.00 Wojownicze żołnierze 12.00 Formula E 14.15 Dziewczynny z Hollywood 3 (4) – rozr. 14.30 Diagnosta (12) – obycz. 15.30 Kryminalni 4 (7-9) – krym. 18.50 Milionierzy (627, 628) 20.00 Yellowstone 2 (1, 2) 22.05 Zeszyły nocy – melodram., USA/Fr. 2010, 110 min 23.55 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7 (10) – dok. 0.55 Szpital (803) – paradok. 1.55 Szkoła (548, 549)	9.05 Celnicy (2) – serial dokum. 9.30 Co Polak potrafi na drodze? (12) – pr. rozr. 10.40 Ostatni papież? – dok. 12.25 Polska. Największe tajemnice 2 (5) – pr. rozr. 13.25 Polska. Największe dylematy (1) – pr. publ. 14.30 Detektyw Candice: Niezawodny instykt (6-8) – serial kryminalny, Fr. 18.05 77 TV 4 (3) – pr. rozrywk. 19.00 77 TV 2 (11) – pr. rozrywk. 20.00 Alex Hugo – gorszy detektyw (3, 4) – krym., Fr. 0.10 Labirynt zbrodni – thriller, USA 2013, rez. Hannelle M. Culpepper, 105 min	11.00 Pogoda 11.05 Bitwa o Cole – film dok. 13.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (10) 14.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (7) 15.00 Strażacy z sąsiedztwa 2 16.00 Policjanci w akcji (1) 16.55 Pogoda 17.00 Policjanci z sąsiedztwa 6 (9-12) 21.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (1) – dok. 21.55 Pogoda 22.00 1, 2, 3... Kabareci! 3 (6) 23.00 Mistrzowie Kabaretu 6 0.00 Przebojowe Kabarety (6) 1.05 Mistrzowie Kabaretu 5	14.10 Wielkie projekty: Australia 12 (4) – dok. 15.15 Luksusowa ucieczka 7 16.15 Adres: rezydencje marzeń (8) – serial dok. 17.15 Bitwa o wnętrza (4) 18.10 Mam zamek 3 (2) – dok. 18.35 Daleko od miasta 14 (3) 19.00 Ucieczka na wieś 22 21.00 Domy na krańcu świata (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 21.55 Najbliższy dom na naszej ulicy (2) – dok. 22.50 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (7, 8) – dok., Kan. 0.35 Kupiliśmy sobie zamek – damy radę (4) – dok.	11.05 Polowanie na ogród 6 12.05 Polowanie na ogród 7 (6) 12.40 Letnia chatka na lata 3 14.35 Będzie pięknie (3) – rozr. 15.40 Złoty remont 4 (7) – rozr. 16.35 Weekendowa metamorfoza 6 (2) – rozr. 17.35 Kamera, akcja, wpadka! 19.15 Kolekcjonerzy obłęd wart miliony (1, 2) – rozr. 20.20 House Hunters – Poszukiwacze domów 7 (4, 5) – pr. rozr. 21.25 Dorota inspiruje 2 (5, 6) 23.20 Najgorętsze nieruchomości pod słońcem (15, 16) – dok. 0.25 Sprzątaczkę 2 (7-9)	

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Sekrety rodziny (165) – serial paradokum., Pol. 2020 7.30 Z klimatem i z pasją (251) – pr. publicyst. 8.00 Sekrety rodziny (166) – serial paradokum., Pol. 2020 9.00 Trudne sprawy (917-921) – serial paradokum., Pol. 2020 14.00 Sekrety rodziny (167) – serial paradokum., Pol. 2020 15.05 Więzienie kobiet (135-137) – serial dokumentalny, Polska 16.30 Nasz nowy dom (368) – reality show 17.40 Awantura o kasę – teleturniej	6.05 Wydarzenia 6.40 SuperLudzie 2 (25) 7.15 Była sobie Ziemia 9.55 SuperMocni (9, 10) 10.55 Hotel Transylwania: Transformacja – film animowany, USA 2022, 100 min 12.35 Jesteś tam, Boże? To ja, Margaret – komediodramat, USA 2023, wyk. Kathy Bates, 140 min 14.55 Aniołki Charliego – film sensacyjny, USA/Niemcy 2000, 125 min 17.00 Polacy w świecie (15, 16) – serial dokum. 18.30 Świat według Kiepskich (582) 19.00 Randka w ciemno (9, 10) – pr. rozrywk.	6.00 Columbo (23, 24) – krym., USA 10.05 Poirot (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt. 12.30 Pokój 112. Policjantki i Policjanci – film sensacyjny, Polska 2015, rez. Jakub Myszczak, wyk. Mariusz Węglowski, 90 min 14.00 Policjantki i Policjanci (244-247) – serial obycz., Polska 18.00 Strażnik Teksasu (15, 16) – sens., USA 1998-1999 Walker reprezentuje drużynę Czirokezów. Carlos i Trent poszukują dowodów, które pechowo utracili.	6.00 Ojciec Brown 9 (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 2021 7.35 Detektyw z Chelsea (7) – serial kryminalny, Wlk. Bryt./USA 8.35 Śmierć z dala od palm (5) – serial krym., Wielka Brytania 2023 9.50 Sanditon (5, 6) – kostium., Wlk. Bryt. 11.45 Duchy 2 (4-6) – serial komediowy, Wlk. Bryt. 13.45 Morderstwa w Midsomer (3, 4) – serial kryminalny 15.55 Tajemnice Brokenwood 12 (4) – krym., Nowa Zelandia 17.50 Z pamiętnika polejnego 10 (3) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2021	7.40 Prys i Bill (31) – anim. 7.50 Czarodziejskie miasteczko Pinokia 8.10 Piotruś Królik 2 8.35 Wegezaury 2 (30) 8.40 Świnka Peppa 6 9.00 Tru i Tęczowe Królestwo (4) – anim. 9.30 Ziarno – pr. dla dzieci 10.00 Go-tu-jemy (19, 20) 10.20 Olimpiada Bolka i Lolka (5, 6) – anim. 10.45 Rodzina Treflików 5 (62, 63) – serial anim. 11.10 Odo (88-90) – anim. 11.35 Stacyjkowo (39, 40) 11.55 Pszczółka Maja (30) 12.25 Studio Stodoła (10) 13.00 Zwierzaki Czytali (178) – program eduk. 13.20 Tru i Tęczowe Królestwo (30)	6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 7.15 Kadr na Kino – mag. 7.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.45 Kawa na ławę 11.55 Łoza prasowa – publ. 12.50 Dokument w TVN 24 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 15.45 Kadr na Kino – mag. 16.00 Fakty po południu 18.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 18.35 Ranking Mazura – program inform. 19.10 Serwis informacyjny 19.25 Fakty po Faktach – program inform. 20.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
SCIENCE FICTION	THRILLER	KRYMINALNY	KRYMINALNY	ANIMOWANY	MAGAZYN
20.00 Terminator 3: Bunt maszyn – USA/Niemcy/Wielka Brytania 2003, 130 min Cybernetyczna morderczyni przybywa z przyszłości, by zlikwidować przywódcę ruchu oporu w walce z maszynami. Sojusznikiem ludzi zostaje robot T-800. 22.10 Punisher: Strefa wojny – film s.f., USA/Kanada/Niemcy 2008, 135 min 0.25 Komisarz Mama (7) – serial krym., Polska 1.30 Wydarzenia 2.10 Interwencja – mag.	21.05 Zmowa milczenia – Francja 2003, 105 min Lekarz jezuita Joachim ma pomóc w wyjaśnieniu przyczyn tajemniczej choroby młodej zakonniczki. Podejrzewa, że jej problemy mają podłoże psychologiczne. 22.50 Dzika noc – kom. sens., USA/Kanada 2022, 135 min 1.05 Backdoor. Wyjście awaryjne (10) – kom. 1.35 Świat według Kiepskich (449-452) 3.50 Nasz nowy dom (285, 286)	20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (69, 70) – USA 2004 Trwa śledztwo w sprawie morderstwa w barze. Horatio Caine otrzymuje informację o Raymondzie. Odnakże Delko ktoś wykorzystał do popełnienia zbrodni. 21.55 Kości (127, 128) 23.50 Killerman – dramat kryminalny, USA 2019, 140 min 2.10 Krejzi patrol (47) 2.40 Kochane pieniądze (25-27) – paradok., Pol. 5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.	18.55 Detektyw z Chelsea (7) – Wlk. Bryt./USA Ginie Oliver Cowie, człowiek oddany rodzinie i szanowany pedagog. Niebawem w elitarnej prywatnej szkole w Chelsea na jaw wychodzą sekrety związane z sprawą. 19.55 Śmierć pod palmami 3 (6) – krym. 21.00 Tajemnice Brokenwood 12 (5) 22.55 Annika (5) – krym. 0.00 Blackshore (3, 4) 2.15 Tajemnice Brokenwood 12 (5) 4.05 Ojciec Brown 9 (1) 4.55 Duchy 2 (5, 6) – kom.	13.45 Świnka Peppa 8 (10-12) – Wielka Brytania 2019 Sympatyczna Peppa razem ze swoimi przyjaciółmi bawi się i poznaje świat. Zawsze może liczyć na wsparcie bliskich. 14.10 Pajak Lucas 2 (59, 60) 14.30 Oli i Luna (59, 60) 14.55 Oktonauci 2 (59, 60) 15.20 Ciepły, czy może Cię zjesz? (30) – mag. 15.40 Bella i Sebastian 16.10 Pat i świat 2 (88, 89) 16.35 Dino Ranczo (57, 58) 17.05 Pszczółka Maja 17.30 Robin Hood 18.00 Mała Marinette	20.30 Kawa na ławę Co tydzień gospodarz audycji zaprasza do studia parlamentarzystów i komentuje wydarzenia polityczne. 21.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu – mag. 0.00 Fakty po Faktach 0.40 Kawa na ławę 1.55 Nowa Maja w ogrodzie – mag. 2.25 Szkło kontaktowe 3.25 Nic do zgłoszenia (4) 4.15 Nowa Maja w ogrodzie – mag. 4.40 Kawa na ławę
POLSAT PLAY HD	FOOD NETWORK HD	POLSAT RODZINA HD	BBC LIFESTYLE HD	NICK JR. HD	POLSAT NEWS HD
6.00 Dorwać tuńczyka (2-4) 9.05 Kolowrotek (237) – mag. 9.35 Taaaka ryba (121) – mag. 10.05 Jedziemy na ryby! (3, 4) 12.10 Chłopaki do wzięcia 13.05 Zawód glina (4) – dok. 14.05 Budowlaniec (61, 62) 15.05 Ziemiarze (56) – dok., Pol. 16.00 Polacy za granicą 18.05 Górale (177-181, 239) 21.05 Chłopaki do wzięcia (475, 476) – serial dokum. 22.00 Drwale i inne opowieści Bieszczadów (236) – dok. 22.30 Łowca pedofilów (239) 2.00 Tajna historia XX wieku (111-114) – serial dokum. 3.50 Starożytni kosmici	10.00 Co nas truje (1, 2) – rozr. 11.30 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (5) – mag. 12.15 Wiem, co jem 4 (13) 12.45 24/24 (4) – maraton kulin. 13.45 Kuchenne rewolucje 15.55 Kuchnia jak u mamy 17.05 Symon gotuje w ogrodzie (11, 12) – mag. 18.15 MasterChef 12 (12) – pr. rozr. 19.40 Dziwaczne potrawy (3) 20.40 Pojedynk na grille (4) 21.45 Miasto smaków Guya Fieriego (5) – reality show 22.50 Najlepszy smak w mieście (4) – serial dok. 23.50 Perfekcyjni gospodarze 9 (36, 37)	11.25 Tajemnice zamków (4) 12.30 Co ludzie powiedzą? (1-3) – serial kom., Wlk. Bryt. 14.30 Niezwykłe pociągi (1, 2) 16.30 Świat z góry 6 (7, 8) 17.50 Sąsiedzi (36) – serial anim. 18.05 Pingwiny z Madagaskaru (17, 18) 19.00 Ania z Zielonego Wzgórza – ciąg dalszy (2) – film obyczajowy, Kanada/USA 1987, 150 min 21.30 Miódowe lata (24) – kom. 22.00 Twoja Twarz Brzmi 23.00 Tajemnice zamków (4) 1.00 Sekrety II wojny światowej (1) – serial dok.	9.40 Psijaciele w potrzebie 10.50 Wymarzone domy 2 (3-5) 13.55 Wielkie amerykańskie wypieki 7 (3, 4) – pr. rozr. 16.15 Majorka: śródziemnomorskie smaki (4-8) – serial dokum. 18.50 Królewską St. James's Street (1) – dok., Wlk. Bryt. 19.50 Mistrzowie szycia 11 22.00 House of Kardashian (1, 2) – serial dok., Wlk. Bryt. 0.10 Ekskluzywne hotele (4) 1.05 Tajemnice słynnych hoteli (1, 2) – serial dok. 2.50 Wielkie amerykańskie wypieki 7 (3) – pr. rozrywk. 3.50 Mistrzowie szycia 11	16.35 Psi Patrol 5 (12) – anim. 17.05 Rubble i jego ekipa 4 (4) 17.35 Pan Krokodyl (5) – anim. 17.55 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka (11) – serial anim. 18.10 Barbapapa i jego rodzinka 2 (19) – anim., Fr. 18.40 Dora 4 (3) – serial anim. 19.00 Santiago z móż (15) 19.30 Przygody Misia Paddingtona 2 (19) 19.55 Przygody Misia Paddingtona (13) – anim. 20.07 Świnka Peppa 4 (5-8) 20.31 Świnka Peppa (14) 20.36 Świnka Peppa 5 (7, 8, 10) 20.55 Barbapapa i jego rodzinka (8-10) – anim., Fr.	15.30 Sport, pogoda 15.50 Wydarzenia 15:50 16.30 W rytmie dnia – serwis informacyjny 17.30 Z drugiej strony – publ. 18.35 Debata polityczna – publ. 19.15 Gość „Wydarzeń” – publ. 19.40 Śniadanie Rymanowskiego w Polsat News i Interii 20.45 Pogoda 21.00 Polsat News ujawnia: Kodeks nieletnich 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie – pr. inf. 23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny 0.00 Czysta Polska – pr. inf.
TVP KOBIETA DVB-T2	E! ENTERTAINMENT HD	TV TRWAM DVB-T	BBC BRIT HD	MINI MINI+ HD	TVP 3 DVB-T2

Warto zobaczyć

12.05 **Zakochany Szekspir**
KOMEDIA ROMANTYCZNA
CINEMAX
Rok 1593. Młody dramatopisarz zakochuje się w niepokornej arystokratce, która podziela jego teatralną pasję. Reż.: John Madden, A: Joseph Fiennes, Gwyneth Paltrow, Geoffrey Rush USA/Wlk. Bryt. 1998 130 min ► do godz. 14.15

14.25 **Uwierz w Mikołaja**
KOMEDIA Z powodu śnieżyicy Agnieszka zostaje uwięziona w górskiej chacie. Pomaga jej nieznanemu w stroju Świętego Mikołaja. Reż.: Anna Wieczur, A: Teresa Lipowska, Dorota Kolak, Marta Lipińska Polska 2022 130 min ► do godz. 16.35

14.50 **Cham**
OBYCZAJOWY Pokójówka Franka wychodzi za za rybaka. Ucieka od niego, a po latach powraca z nieslubnym dzieckiem. Wdaje się w kolejny romans. Reż.: Laco Adamik, A: Monika Niemczyk, Piotr Szczepanik Polska 1979 95 min ► do godz. 16.25

16.10 **Trzej muszkietierowie**
PRZYGODOWY D'Artagnan przybywa do Paryża, by zostać gwardzią. Wraz z towarzyszami przeciwstawia się intrygom kardynała Richelieu. Reż.: Richard Lester, A: Richard Chamberlain, Oliver Reed, Frank Finlay USA/Wlk. Bryt. 1973 125 min ► do godz. 18.15

16.30 **Droga pod wiatr**
KRYMINALNY Żona Paula rok temu zniknęła bez śladu. Mężczyzna próbuje uporać się z sytuacją. Śledztwo w tej sprawie zostaje wznowione. Reż.: Jolil Lespert, A: Benoît Magimel, Antoine Duléry, Isabelle Carré Francja/Belgia 2011 105 min ► do godz. 18.15

17.00 **Wzgórza marzeń**
MUSICAL Imigrant z Dominikany zbiera pieniądze na podróż do rodzinnego kraju. Brakuje mu odwagi, gdyż bardzo żył się z lokalną społecznością. Reż.: Jon M. Chu, A: Anthony Ramos, Melissa Barrera, Leslie Grace USA 2021 180 min ► do godz. 20.00

20.00 **Nieuchwytni**
SENSACYJNY Zadłużony u mafii Cam dołącza do grupy fanów parkouru. Nowi znajomi proponują mu udział w akcji, dzięki której się wzbogaci. Reż.: Daniel Benmayor, A: Taylor Lautner, Marie Avgeropoulos, Rafi Gavron USA 2015 120 min ► do godz. 22.00

23.00 **Bez litości: Anioł śmierci**
SENSACYJNY Agent Kane ściga wraz z zespołem terrorystę Ducha. Usiłuje też zapobiec transakcji z Hezbollahem. Reż.: Wayne Rose, A: Steven Seagal, Sarah Lind, Amir Arison Kanada/USA 2012 115 min ► do godz. 05.55

→ filmowe hity

Po wyczerpującym szkoleniu młody buntownik zyskuje okazję, żeby sprawdzić się w akcji.

20.00 Kingsman: Tajne służby

KOMEDIA SENSACYJNA Agent i jego uczeń próbują pokrzyżować zbrodnicze plany szaleńca.

HIT DNIA Harry Hart, członek elitarnej siatki szpiegowskiej, zostaje mentorem pochodzącego z nizin społecznych Gary'ego „Eggsy'ego” Unwina. Szkoli niepokornego chłopaka na dżentelmena, a następnie wprowadza do grona rekrutów organizacji. Niebawem on i po-

zostali adepci mają szansę, by sprawdzić swoje nowe umiejętności. Próbuje rozwiązać zagadkę zniknięcia grupy naukowców, polityków oraz celebrytów. Ślad wiedzie do nieobliczalnego milionera, Richmonda Valentine'a. Owiadnięty wizją ekologicznej katastrofy bogacz doszedł do

wniosku, że Ziemia jest przeludniona. Nie cofnie się przed niczym, aby wypełnić misję. Hart i Eggsy muszą go powstrzymać. Czeka ich niezwykle trudne zadanie. **HD 170 min ► do godz. 22.50**

Wielka Brytania 2014 Reż.: Matthew Vaughn Wyst.: Colin Firth, Taron Egerton, Samuel L. Jackson, Michael Caine



20.00 **Rafa**
THRILLER Czworo młodych ludzi wyrusza na rejs. Ich jacht uderza o skałę. Luke przekonuje Matta (Gyton Grantley) i pozostałych, aby wpływ pokonali odległość do wyspy. W pewnym momencie atakuje ich rekin.

Reż.: Andrew Traucki Wyst.: Zoe Naylor Australia 2010 **HD 110 min ► do godz. 21.50**



22.25 **Sundown**
KRYMINALNY Bogaty Londyńczyk Neil (Tim Roth) gubi paszport w trakcie wakacji w Meksyku. Nie może wrócić do Anglii. Postanawia wykorzystać ten fakt, żeby odmienić swoje życie. Niebawem dochodzi do tragedii.

Reż.: Michel Franco Wyst.: Charlotte Gainsbourg Fr. 2021 **HD 95 min ► do godz. 0.00**



20.00 **Amerykański ninja 2**
SENSACYJNY Z bazy marynarki wojennej w tajemniczych okolicznościach znikają żołnierze. Oficerowie Armstrong (Michael Dudikoff) i Jackson rozpoczynają prywatne śledztwo w tej sprawie.

Reż.: Sam Firstenberg Wyst.: Steve James USA 1987 **HD 115 min ► do godz. 21.55**



22.30 **Śmietanka towarzyska**
KOMEDIA Lata 30. XX w. Wrażliwy Bobby (Jesse Eisenberg) podejmuje pracę u wujka, agenta gwiazd. Zakochuje się w jego sekretarce Vonnie (Kristen Stewart), która skrywa pewną tajemnicę.

Reż.: Woody Allen Wyst.: Steve Carell USA 2016 100 min ► do godz. 0.10



20.10 **Zniewolony. 12 Years a Slave**
BIOGRAFICZNY XIX wiek. Wyształcony nowojorczyk Solomon Northup (Chiwetel Ejiofor) zostaje sprzedany handlarzom niewolników. Spędza kolejne lata, ciężko pracując na plantacjach.

Reż.: Steve McQueen Wyst.: Lupita Nyong'o USA/Wlk. Bryt. 2013 **HD 155 min ► do godz. 22.45**



22.50 **Siedmiu wspaniałych**
WESTERN Bandyci terroryzują Rose Creek. Wdowa prosi oficera Chisolma (Denzel Washington) o pomoc. Jego grupa, do której należy m.in. Josh (Chris Pratt), pojawia się w miasteczku.

Reż.: Antoine Fuqua Wyst.: Ethan Hawke USA 2016 **HD 170 min ► do godz. 1.40**

→ filmow



Prezenterka poznaje drugie oblicze ukochanego, który dotąd był całym jej światem.

21.30 Kochając Pabla, nie nawiązując Escobara

TVP 1

BIOGRAFICZNY Opowieść o związku szefa kartelu i gwiazdy telewizji.

HIT DNIA Znany z brutalnych metod Pablo Escobar dzięki przemytowi kokainy do USA i innych krajów stał się jednym z najbogatszych ludzi na świecie. Chociaż ma żonę, wiąże się z Virginą Vallejo, modelką i dziennikarką. Czarująca Kolumbijka, żyjąc u jego boku, z czasem coraz

wyraźniej dostrzega mroczne oblicze wybranka. Romans uzależnia ich od siebie. W końcu relacja między kochankami staje się bardzo napięta. Kobieta musi uciekać.

HD 135 min ► do godz. 23.45

Hiszpania/Bułgaria 2017 **Reż.:** Fernando León de Aranoa **Wyst.:** Javier Bardem, Penélope Cruz, Peter Sarsgaard



20.50 Saga „Zmierzch”: Przed świtem. Część 2

TVN

FANTASY Bella (Kristen Stewart) i Edward (Robert Pattinson) obserwują rozwój niezwykle córki. Rodzinna sielanka nie trwa długo. Dziecku zagraża klan Volturich.

Reż.: Bill Condon **Wyst.:** Taylor Lautner **USA** 2012 **HD** 145 min ► do godz. 23.15



22.50 Skazani na Shawshank

TVN 7

SENSACYJNY Andy (Tim Robbins), niesłusznie skazany na dożywocie za zabójstwo, trafia do więzienia. Uczy się od Reda (Morgan Freeman), weterana zakładu, jak przetrwać za kratami.

Reż.: Frank Darabont **Wyst.:** Bob Gunton **USA** 1994 **HD** 175 min ► do godz. 1.45



22.00 Brick Mansions. Najlepszy z najlepszych

TV PULS

SENSACYJNY Agent Damien (Paul Walker) ma dobrą, aby odnaleźć skradziony pocisk z głowicą nuklearną. Zyskuje sojusznika, mistrza walk ulicznych Lina (David Belle).

Reż.: Camille Delamarre **Wyst.:** Catalina Denis **Fr./Kan.** 2014 **HD** 110 min ► do godz. 23.50



23.00 Skazani na bluesa

TVP 2

BIOGRAFICZNY Lata 70. XX wieku. Rysiek Riedel (Tomasz Kot) razem z przyjacielem dzieli muzyczną pasję. Z czasem jako charyzmatyczny wokalista zespołu Dżem zdobywa sławę. Uzależnienie od narkotyków rujnuje mu życie.

Reż.: Jan Kidawa-Błoński **Wyst.:** Maciej Bałcar **Polska** 2005 **HD** 105 min ► do godz. 0.45



8.00 Turniej Shanghai Masters

EUROSPORT 1

SNOOKER LIVE

Ubiegłoroczną edycję zawodów w najlepszym humorze zakończył Kyren Wilson. Anglik pokonał w finale swojego rodaka, Aliego Cartera 11:9. W obronie tytułu spróbują mu przeszkodzić np. John Higgins, Judd Trump i Shaun Murphy.

HD 210 min ► do godz. 11.30



17.00 Turniej ATP w Waszyngtonie

POLSAT SPORT 1

TENIS LIVE

Po niezbyt udanym występie na Wimbledonie Kamil Majchrzak spadł w rankingu ATP z 45. na 66. miejsce. W Waszyngtonie zawalczy o poprawę swojej pozycji na światowych listach.

HD 120 min ► do godz. 19.00



18.55 Miedź Legnica – Podbeskidzie

TVP SPORT

PIŁKA NOŻNA LIVE

W poprzednim sezonie drużynie z Legnicy znów nie udało się awansować do Ekstraklasy. Kolejną kampanię na pierwszoligowych boiskach Miedź rozpocznie od konfrontacji z beniaminkiem.

HD 125 min ► do godz. 21.00



18.55 Zagłębie Lubin – Piast Gliwice

C+ SPORT 3

PIŁKA NOŻNA LIVE

Mecz kończący pierwszą kolejkę Ekstraklasy. W ubiegłym sezonie Piast nie potrafił pokonać Miedziowych. U siebie przegrał 1:3, a na wyjeździe zremisował 2:2. Czy teraz znajdzie na nich sposób?

HD 125 min ► do godz. 21.00

→ rozrywka



20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy

TVP 2

TELETURNIEJ

Poprawne odpowiedzi przynioszą uczestnikom dodatkowe cenne sekundy, błędne zaś je odbierają. W prowadzonej przez Krzysztofa Czechtotę grze biorą udział trzy znane osoby, które sprawdzają wiedzę, pamięć i refleksy.

HD 30 min ► do godz. 20.35



21.05 Zakup w ciemno extra

TTV HD

REALITY SHOW

Doświadczeni handlarze walczą ze sobą o wartościowe palety. Mogą zarówno nabyć ubrania czy elektronikę, jak i srogo się zawieść. Po wygranej licytacji policzą, ile zarobili lub stracili.

HD 40 min ► do godz. 21.45



21.50 Bez kompleksów

TVN 7

LIFESTYLE

Małgorzata Rozenek-Majdan poznaje Ewelinę, która z powodu zębów i problemów z dziąsłami wstydzi się uśmiechać. Stara się też ukrywać swój nos. Dzięki przemianie zyska siłę oraz pozbędzie się kompleksów.

HD 60 min ► do godz. 22.50

→ dokument



21.00 Ocean, nasz dom

C+ DOKUMENT

REPORTAŻ

Schwörerowie blisko ćwierć wieku temu wyruszyli w rejs, który od tamtego czasu stał się ich sposobem na życie. Mieszkając na statku, prowadzili badania naukowe i doczekali się sześciorga dzieci.

HD 100 min ► do godz. 22.40

TVP 1 HD DVBT2

- 5.00 Splątane losy** (8) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 5.50 Akacja 38** (903) – telenowela, Hiszpania 2018
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Studio Raban** – mag.
- 8.00 Serwis Info** – program inform.
- 8.05 Pogoda Info**
- 8.15 Na kłopoty... Bednarski** (7-ost.) – serial kryminalny, Polska 1986
- 9.20 Ranczo 8** (92) – obycz., Pol. 2014
- 10.10 Komisarz Alex 22** (277) – serial kryminalny, Polska 2024
- 11.05 Ojciec Mateusz 17** (214) – serial kryminalny, Polska 2017
- 12.00 Serwis Info** – program inform.
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda** – program inform.
- 12.40 Rok w ogrodzie extra** – mag.
- 12.55 BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3** (6) – dok., Wlk. Bryt.
- 14.00 Splątane losy** (9) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 15.00 Serwis Info** – program inform.
- 15.10 Pogoda Info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** (1075) – teleturniej
- 16.00 Dziedzictwo** (991) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacja 38** (920) – telenowela, Hiszpania 2018
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda**
- 20.30 7 zgłoś się** (4) – serial kryminalny, Polska 1976

TVP 2 HD DVBT2

- 5.00 Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025
- 5.30 M jak miłość** (1802) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.25 Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny
- 6.55 Barwy szczęścia** (3362) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.20 Tour de Pologne – kroniki** – cykl felietonów
- 11.25 Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulinarny
- 12.00 Wyższa Szkoła Jazdy** (8) – magazyn motoryzacyjny
- 12.35 Koło fortuny** (1908) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda** (154) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** (1023) – teleturniej
- 14.35 Na sygnale** (884): Przesyłka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (441) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- 16.00 Koło fortuny** (1909) – teleturniej
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (155) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- Melił coraz bardziej angażuje się w pomoc Hancer i zaniedbuje Sinem. Mukadder wyznaje Cihanowi, że dziecko Beyzy nie jest jego synem. Zszokowany mężczyzna rusza do Nusreta, by zabrać kobietę i niemowlę.
- 18.15 Va banque** (1024) – teleturniej
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej

polsat HD DVBT2

- 4.40 Disco Gramy**
- 5.25 Telezakupy TV Okazje** – magazyn reklamowy
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News**
- 8.30 Malanowski i partnerzy** (357, 358): Bolesna miłość; Słodka kotka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy** (1279, 1280) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- Skapstwo Floriana staje się przyczyną jego konfliktu z żoną. Skory do pomocy sąsiad coraz bardziej podoba się kobiecie.
- 11.35 Gliniarze** (896, 897) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 13.40 Dlaczego ja?** (1526, 1527) – serial paradokumentalny, Polska 2026
- Ewa orientuje się, że ktoś próbował się do niej włamać. Podejrzewa byłego sąsiada partnera, ale okazuje się on niewinny. Kolejny trop wiedzie do ślusarza. Wkrótce zaatakowana zostaje sąsiadka kobiety.
- 15.50 Wydarzenia, pogoda**
- 16.25 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.40 Gliniarze** (1093, 1094) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Policjanci wyjaśniają sprawę kradzieży miliona złotych. Poszkodowana kobieta kieruje podejrzenia na byłego męża. Pojawiają się nieścisłości w zeznaniach.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.35 Sport, pogoda**

tvn HD DVBT2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1711) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (9): Białystok – Zielony Nosorożec – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.20 Doradca smaku** (40) – magazyn kulinarny
- 11.25 Kuchenne rewolucje** (7) – program rozrywkowy
- 12.35 Ukryta prawda** (1499, 1500, 1736) – serial paradok., Polska
- 15.45 Detektywi** (120) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- Była prostytutka prosi detektywów o pomoc w identyfikacji osoby, którą ją nęka. Niebawem znika nastoletnia córka kobiety i nadchodzi żądanie okupu.
- 16.50 Szpital św. Anny** (76) – serial obyczajowy, Polska 2025
- Robson wbrew zaleceniom ćwiczy na siłowni. Dochodzi u niego do zatrzymania krążenia. Kaja wraz z przyjaciółkami relaksuje się w domu pod Krakowem.
- 17.55 Młode gliny** (32) – serial kryminalny, Polska 2026
- Piętnastoletnia Liliana zostaje zabita. Podczas przeszukiwania terenu policjanci natrafiają na szczątki zaginionej rok temu Ewy. Podejrzewają, że w okolicy grasuje seryjny morderca.
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 20.15 Na Wspólnej** (4252) – serial obyczajowy, Polska 2026

20 DRAMAT BIOGRAFICZNY



21.30 Kochając Pabla, nienawidząc Escobara
FILM

– Hiszpania/Bulgaria 2017, 135 min

Pablo Escobar jest potężnym baronem narkotykowym. Metody jego działań są bezwzględne. Dzięki przemytowi kokainy do Stanów Zjednoczonych i innych krajów stał się jednym z najbogatszych ludzi na świecie. Gangster nawiązuje romans z Virginą Vallejo, modelką i gwiazdą telewizji. Kobieta odmienia go, ale z czasem także ona poznaje jego mroczne oblicze. Musi uciekać.

23.45 Świat bez fikcji: Sztuka walki Zbigniewa Herberta
FILM

– film dokumentalny, Polska 2023

0.50 Plac Zbawiciela – dramat obyczajowy, Polska 2006, reż. Krzysztof Krauze, wyk. Jowita Budnik, Ewa Wencel, Arkadiusz Janiczek, Natan Gudejko, 120 min

2.50 Samotny rewolwerowiec
FILM – western, USA 1964, reż. Sidney Salkow, wyk. Audie Murphy, Merry Anders, James Best, Walter Sande, Rex Holman, 90 min

4.20 Wykrywczy kłamstw – publ.
4.40 Reporterzy – mag. reporterów
4.50 Zakończenie

OBYCZAJOWY



19.25 Barwy szczęścia (3362)
– Polska 2026

Po kłótni Weronika godzi się z Błażem, ale w Feel Good Renata ją atakuje. Wkrótce Marcin przyłapuje partnerkę na odbiorze paczki z narkotykami. Imieninowe spotkanie u Basi psuje konflikt między Tolkiem a Czesławem.

20.05 Omnibus – szybcy i mądzy (27) – teleturniej

20.35 Omnibus – szybcy i mądzy – dogrywka (27) – teleturniej

20.55 Postaw na milion – teleturniej

21.50 Na sygnale (879, 880) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026

23.00 Skazany na bluesa – dramat biograficzny, Polska 2005, reż. Jan Kidawa-Błoński, wyk. Tomasz Kot, Jolanta Fraszyńska, Maciej Balcar, Adam Baumann, 105 min

0.45 Karol, władca Hiszpanii (12) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015

1.45 Nasz dom w górach (19) – serial obyczajowy, Niemcy 2023

2.40 Akacja 38 – telenowela, Hiszpania 2015-2021

4.25 Zakończenie

KOMEDIA SENSACYJNA



20.00 Megahit: Kingsman: Tajne służby
FILM – Wielka Brytania 2014, 170 min

HIT DNIA
Harry Hart, członek elitarniej siatki szpiegowskiej, zostaje mentorem Eggsy'ego. Szkoli go na dzentelmana i wprowadza do grona rekrutów organizacji. Gdy wychodzi na jaw, że nieobliczalny milioner planuje ludobójstwo, obaj wkraczają do akcji.

22.50 Siedmiu wspaniałych
FILM – western, USA/Australia 2016, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Chris Pratt, Ethan Hawke, Vincent D'Onofrio, 170 min

XIX wiek. Bandyci terroryzują Rose Creek. Oficer Chisolm wraz z Joshem oraz innymi najemnikami stają w obronie mieszkańców miasteczka.

1.40 Misjonarz – film sensacyjny, USA 2007, reż. Dolph Lundgren, wyk. Dolph Lundgren, Kateri Walker, Chelsea Ricketts, Matthew Tompkins, 115 min

3.35 Ewa gotuje (562) – magazyn kulinarny

4.15 Kabaretowa Ekstraklasa (65)

FANTASY



20.50 Saga „Zmierzch”: Przed świtem. Część 2
FILM – USA 2012, 145 min

Przemieniona w wampirzycę Bella doskonali swoje umiejętności. Wraz z Edwardem obserwuje rozwój swojej niezwyklej córki. Wkrótce rodzina staje w obliczu wielkiego zagrożenia. Finał młodościowej sagi na podstawie powieści Stephenie Meyer.

23.15 Transformers: Wiek zagłady
FILM – film s.f., USA/Chiny 2014, reż. Michael Bay, wyk. Mark Wahlberg, Stanley Tucci, Kelsey Grammer, Nicola Peltz, 200 min

Mechanik Cade kupuje ciężarówkę. Nie wie, że to Optimus Prime – przywódca Autobotów. Niebawem mężczyzna i jego bliscy zostają wciągnięci w wojnę ludzi i transformatorów.

2.35 Co za tydzień – magazyn kulturalny

3.15 Uwaga! – magazyn reporterów

3.35 Kwatery Hitlera (1) – serial dokumentalny, Polska 2019

4.35 Detektywi (120) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024



- 5.25 Ten moment** (6) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (825-827) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1349, 1467, 1468) – serial paradokumentalny, Polska 2014
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1132-1134) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
- 13.55 Kryminalni 2** (3): Skok – serial kryminalny, Polska 2005
- 15.00 Szpital** (804, 805) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (517): Zgadnij, kim jestem – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (29) – serial paradokumentalny, Polska 2018. Policja interweniuje w sprawie awantury, podczas której para emerytów wtargnęła do domu byłej synowej, aby zabrać swojego wnuka.
- 19.00 Ukryta prawda** (1540) – serial paradokumentalny, Polska 2023. Pensjonariuszkę DPS-u odwiedza siostrzenica. Dostrzega w jej pokoju dzieło znanego malarza. Gdy ciotka odmawia sprzedaży obrazu, dziewczyna znika razem z nim.



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (17, 18) – serial kryminalny, USA 1987
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (10, 11) – serial sens., Niem. 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (77, 78) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (125) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspnianie stulecie** (59)
- 14.00 Kurierzy 2** (44)
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11** (560, 561) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy 2** (45) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023. Dorota przyjmuje zlecenie dostarczenia butli z gazem do domu jednorodzinnego. Ma złe przeczucia. Roman sprawdza, jak wygląda prace remontowe w mieszkaniu Wiktorii.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (982, 983) – serial obyczajowy, Polska 2026. Alkoholiczka Mirka od roku stara się nie pić. Dorosła córka wyrzuca ją z domu. Milena w areszcie prosi Betona o wyrozumiałość. Znajomy Mocznosyna sprzedaje bieżnię dla psów.
- 20.00 Nieuchwytni** – film sensacyjny, USA 2015, reż. Daniel Benmayer, wyk. Taylor Lautner, Marie Avgeropoulos, 120 min



- 5.50 Ale numer! 21** (9) – pr. rozrywk.
- 6.20 Cosie-Ktosie** (21) – serial anim.
- 6.30 Kajko i Kokosz 2** (21) – anim.
- 6.45 SamSam: Kosmiczne przygody** (11) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (18)
- 7.30 Psi Patrol 2** (10) – serial anim.
- 7.50 Dora** (2) – anim., Kan./USA 2024
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina** (21)
- 8.50 Masza i Niedźwiedź** (19, 20)
- 9.20 Straszne historie Maszy** (21)
- 9.25 Swinka Peppa 2** (35-37) – anim.
- 9.45 Bing** (33, 34) – serial animowany
- 10.00 Język i Przyjaciele** (10, 9)
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (28, 27) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (19, 20) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol** (7) – anim., Kan./USA
- 12.35 Marta mówi** (28) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (201, 200) – serial anim.
- 14.00 Monster High** (26) – serial anim.
- 14.35 My Little Pony: Przyjaźń to magia** (1) – anim., USA/Kan. 2011
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (38, 39) – anim.
- 16.00 Fineasz i Ferb 2** (22, 23) – anim.
- 17.00 Smerfy** (202, 203) – serial anim.
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru** (3, 4) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (17, 18)
- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (970)



RAFA

Kulisy sławy Rafaela Nadala. Widzowie krok po kroku śledzą rozwój mistrza, poznają też fizyczne i emocjonalne koszty rywalizacji, w której najtrudniejszym przeciwnikiem jest własne ciało.

►serial dokum. (4 odc.), USA 2026



MUSAFIR CAFE

Perypetie trzech młodych osób. Chandra (Vikrant Massey) i Sudhe (Vedika Pinto) łączą silną namiętność. Potem mężczyzna układa sobie życie z Preeti. Powracają do niego wspomnienia.

►serial obycz. (8 odc.), Indie 2026



W APTEKACH I ZIELARNIACH



CUKIERKI ŻENAZENIOWO-IMBIROWE – ZŁAP SIŁĘ I ODPORNOŚĆ!



SENSACYJNY

22.00 Brick Mansions. Najlepszy z najlepszych – Francja/Kanada 2014, 110 min

Detroit, przyszłość. Agent Damien Collier ma zaledwie 24 godziny, aby odnaleźć skradziony pocisk z głowicą nuklearną i ocalić świat przed katastrofą. Tropi wiodą go do bezwzględnego handlarza narkotyków Tremaine'a. Wkrótce na terenie rządzonego przez gangi stróż prawa zyskuje sojusznika, mistrza walk ulicznych Lina.

- 23.50 13. dzielnica** – film sensacyjny, Francja 2004, reż. Pierre Morel, wyk. Cyril Raffaelli, Dany Verissimo, Larbi Naceri, David Belle, 95 min
- 13. Dzielnica** Paryża ogrodzona jest murem. Tu rządzi przemoc. Jeden z gangów kradnie broń masowego rażenia. Agent Damien Tomaso ma ją odzyskać.
- 1.25 Dzielnica strachu 10** (442): Zabawa w znikanie – serial kryminalny, Polska 2025
- 2.25 Lombard. Życie pod zastaw 18** (978) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 3.35 Zobacz to!** – pr. powtórkowe



KRYMINALNY

21.00 Dzielnica strachu 10 (452, 453): Polowanie z nagonką – Polska 2025-2026

Na Gorcza ku trwa oblawa na rzekomego pedofila, Damiana. Jego wizerunek wraz z oskarżeniami trafił do internetu. Mieszkańcy, nie czekając aż sprawę zbada policja, postanawiają dokonać samosądu. Poraniony podejrzany ukrywa się w domu nastoletniej Jagody. Dziewczyna musi zdecydować, czy zaufa obcemu, czy wydać go sąsiadom.

- 23.00 Wstydlive choroby 5** (4, 5) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2011
- 1.00 Dzielnica strachu 10** (448): Newborn – serial kryminalny, Polska 2025-2026
- 2.00 Lombard. Życie pod zastaw 12** (653) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5** (217) – serial obyczajowy, Polska 2019
- 4.00 Niesamowite!** (13, 15) – serial dokumentalny, Polska 2014
- 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (517) – serial obyczajowy, Polska 2022



PRZYSIĘGLY NR 2

Dziennikarz Justin Kemp (Nicholas Hoult) otrzymuje powołanie na ławnika w procesie karnym. Sprawa dotyczy oskarżonego o zabójstwo partnerki Jamesa Michaela Sythe'a. Justin staje w opozycji do reszty przysięgłych. Jego motywacja jest jednak zupełnie inna, niż mogłoby się wydawać.

►thriller, USA 2024; 114 min



NIKT TEGO NIE CHCE 2

Agnostyczka Joanne (Kristen Bell) i rabin Noah (Adam Brody) zakochali się w sobie, mimo że pochodzą z odmiennych światów. Teraz decydują się być razem i połączyć swoje rodziny. Szybko okazuje się, że nie będzie łatwo pokonać różnice, które wciąż się ujawniają. Zakochanych czeka trudna próba.

►serial obycz. (10 odc.), USA 2025

Następny odcinek obejrzysz na:

TVP VOD polsat go player DVBT DVBT2 H-stacje dostępne za darmo w nazimnej telewizji cyfrowej

toowo | 45

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 11 (22) – serial kryminalny, USA/Kan. 6.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (1) – krym. 7.30 Ostry dyżur 2 (1, 2) – serial obyczajowy 9.25 Castle 4 (3, 4) – krym. 11.20 MacGyver 4 (1, 2) – serial akcji, USA 2020 13.10 Dowody zbrodni 2 (6, 7) – serial krym. 15.10 Agenci NCIS: Hawaje 2 (2, 3) – serial kryminalny 17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (1, 2) – serial krym. 19.05 Castle 4 (5, 6) – serial kryminalny, USA 2011	5.45 Rodzinka.pl (115) – serial kom., Pol. 2013 6.15 Na sygnale (497, 498) 7.25 Ojciec Mateusz 4 (47) – krym., Pol. 2010 8.20 Komisarz Alex 3 (36) 9.15 Rodzinka.pl (116) 9.50 Klan (1463) – telen. 10.25 Ranczo 9 (114, 115) 12.05 Komisarz Alex 3 (37) 12.55 Ojciec Mateusz 31 (397-399) – krym., Pol. 15.40 Komisarz Alex 3 (38) – serial krym., Polska 16.25 Na sygnale (499, 500) – serial fab.-dokum. 17.35 Ranczo 9 (116, 117) – serial obycz., Polska 19.35 Ojciec Mateusz 31 (400) – krym., Pol. 2024 20.30 Ojciec Mateusz 4 (48) – krym., Pol. 2010	6.20 Opole 2014 – recital Edyty Geppert 6.50 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult. 7.30 Rawhide (15) – przyg. 8.30 Dzieci i ryby – kom. obycz., 30 min 9.00 Wojna domowa (7, 8) – serial obycz. 10.30 Niedźwiadek – film przygodowy, Francja/USA 1988, 105 min 12.15 Kultura, Giedroyc i inni – dok., Pol. 2020 13.45 Kosmos 1999 (15) 14.50 Cham – dram. obycz., Pol. 1979, 95 min 16.25 Wojna domowa (9, 10) – serial obycz. 18.15 Dźwięk Nowego Jorku (9) – serial dok. 18.55 Rawhide (16) – przyg.	6.30 Polska z góry 2 (2) – serial dok., Pol. 2018 7.00 Mother Dear – film krótkometraż. 7.35 Cudak – dramat wojenny, Polska 2021, 115 min 9.30 Wyray – film krótkometraż. 10.00 Bestia 3 (1, 2) – serial kryminalny, Kan. 2025 12.00 Vera 9 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt. 13.55 Peknięte lustro – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1980, 135 min 16.10 Trzej muszkieterowie – film przyg., USA/Wlk. Bryt. 1973, 125 min 18.15 Vera 9 (4) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	9.55 Ida – dramat obyczajowy, Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min 11.15 Kopnięci w czasie – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min 12.55 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (1, 2) – serial komediowy, Fr. 14.00 Milli Vanilli – film dokum., USA 2023 15.45 Premierowa jazda – magazyn 16.00 Niania w Nowym Jorku – kom. romant., USA 2007, 105 min 17.45 Łapu capu – pr. rozr. 17.50 Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg, 130 min	9.15 Kompletnie nieznanzy – dramat biograficzny, USA 2024, 135 min 11.30 Kina i Yuk – film familijny, Fr./Kanada/Włochy 2023, 80 min 12.50 Wdowa Clicquot – dramat obyczajowy, USA 2023, 90 min 14.20 Kraina Jane Austen – komedia romant., Wielka Brytania/USA 2013, 95 min 15.55 Sojusznicy – komedia sensacyjna, USA 2025, 110 min 17.45 Noe: Wybrany przez Boga – dramat przyg., USA 2014, 135 min 20.00 Ród smoka 3 (6) – serial fantasy, USA
KRYMINALNY	OBYCZAJOWY	DRAMAT SENSACYJNY	DRAMAT BIOGRAFICZNY	KRYMINALNY	KOMEDIOWY
21.05 FBI: International 4 (15) – USA 2024-2025 Zespół jedzie na Gibraltar, by śledzić indonezyjskiego ewangelikę. Agenci próbują przetrwać do jego ruchu z pomocą wyznawczyń. Celem jest zdobycie dowodów. 22.00 FBI: Most Wanted 4 (18) – serial kryminalny 23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (1, 2) – serial krym. 0.45 Castle 4 (5, 6) – krym. 2.45 FBI: International 4 (15) – serial kryminalny 3.40 FBI: Most Wanted 4 (18) – serial kryminalny	21.30 Ranczo 10 (118, 119) – Polska 2016 Zmagający się z depresją Kusi jest przerażony na wieść o planowanym przyjeździe Moniki. Postanawia wyjść na spacer, który zamienia się w dłuższą wyprawę. 23.25 Ojciec Mateusz 31 (401) – krym., Pol. 2024 0.20 Czarna śmierć (3) – serial obycz., Polska 1.20 Londyńczyk (3, 4) – serial obycz., Polska 3.15 Stulecie Winnych 2 (18) – obycz., Pol. 2020 4.10 Klan (1463) – telen. 4.35 Pan Mama (36)	20.00 Midnight Express – USA/Wielka Brytania 1978, 125 min Turcja, 1970 r. Amerykanin Billy Hayes za przemyt haszyszu zostaje skazany na trzydzieści lat. W 1975 r. podejmuje brawurową próbę ucieczki z więzienia. 22.05 TVP Kultura na Nowych Horyzontach Sundown – film krym., Fr./Meksyk/Szwecja 2021, 95 min 22.25 Sundown – film krym., Fr./Meksyk/Szwecja 2021, 95 min 0.00 Przelom w muzyce – koncert z okazji upadku muru – dok.	20.10 Zniewolony. 12 Years a Slave – USA/Wielka Brytania 2013, 155 min Rok 1841. Czarnokóry wykształcony Nowojorczyk Solomon Northup zostaje porwany i sprzedany handlarzom niewolników. Nie traci nadziei na odzyskanie wolności. 22.45 Angels Fall – thriller, USA 2007, reż. Ralph Hemecker, 125 min 0.50 How to Have Sex – dramat obyczajowy, Wlk. Bryt./Fr./Belgia 2023, 105 min 2.35 Belfer 3 (7) – krym.	20.00 Spirala kłamstw 2 – Francja/Belgia 2025 Chloé ustala, że Hugo łączyła niejednoznaczna relacja z Oceane. Morgane żąda od niego wyjaśnień. Ten twierdzi, że w pobliżu dziewczyny kręcił się ktoś podejrzany. 20.55 Diamenty – komediodramat, Włochy 2024, 130 min 23.05 Zdażyć przed śmiercią – western, USA 2025, reż. Ned Crowley, 105 min 0.50 Afterburn – komedia sensacyjna, USA 2025, 105 min	21.00 Miniaturowa żona (6) – USA 2026 Po sukcesie w laboratorium Les odkrywa szokującą tajemnicę domku dla lalek. Ujawniony romans rozpala rodzinny konflikt. 22.00 Mumia: Film Lee Cronina – horror, Irlandia/USA 2026, reż. Lee Cronin, 135 min 0.15 Nasienie Świętej figi – thriller, Fr./Iran 2024, reż. Mohammad Rasoulou, 165 min 3.00 Schowek 234 – thriller, USA 2024, 90 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
8.05 Szpital nadziei 5 (2) 9.05 Dom nad rozlewiskiem (2, 3) – serial obycz., Polska 11.10 Agenci NCIS 11 (24) 12.10 Agenci NCIS 11 (1, 2) 14.10 Szpital nadziei 5 (3) 15.10 Zimowy zamek – obycz., FILM Kanada/USA 2021, 115 min 17.05 Piękna i bestia: FILM Magiczne światła – komedia romantyczna, USA 2019, 115 min 19.00 Dr House 3 (21) – obycz. 20.00 Dowody zbrodni 3 (10, 11) – serial kryminalny 22.00 Rekrut (16) – serial krym. 23.00 Agenci NCIS 10 (24) 23.45 Agenci NCIS 11 (1, 2)	8.45 Bajer z Bel-Air 6 (5, 6) 9.45 Prawo Agaty 3 (13) 10.40 Pełniejsza chata (9, 10) 11.55 Teraz albo nigdy! (2, 8, 9) 13.50 Bajer z Bel-Air 6 (5-8) 15.40 Pełniejsza chata (9-12) – serial komediowy, USA 17.55 Naciągacze – komedia kryminalna, 2003, 145 min 20.20 Jackie Chan: Pierwsze uderzenie – film sensacyjny, USA/Hongkong/Ukraina 1996, 100 min 22.00 Odwet – film sensacyjny, FILM USA/Niemcy 2003, 125 min 0.05 Czarnowice z Eastwick – horror komediowy, USA 1987, 140 min	6.00 Łapu capu – pr. rozrywk. 6.15 Kiler – komedia sens., FILM Polska 1997, 100 min 7.55 Orzełek Iggy – film anim., FILM Polska/USA 2025, 85 min 9.20 Kawalek po kawalku – film anim., 2024, 95 min 10.55 Łapu capu – pr. rozrywk. 11.10 Zgred – dramat obycz., FILM Polska 2025, 85 min 12.35 Zmierzch – film fantasy, FILM USA 2008, 120 min 14.35 L.A.R.P. Miłość, trolle i inne kwesty – komedia, Polska 2025, 95 min 16.10 The Holiday – komedia romant., USA 2006, 130 min 18.20 Morderstwo w ambasadzie – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min 19.45 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 Spale was wszystkich – horror, Hiszpania 2021, reż. David Hebrero, 110 min 21.50 Stara wariatka – horror, FILM Argentyna/Hiszpania/USA 2025, 95 min 23.25 Innego końca nie będzie – film obycz., 2024, 85 min 0.50 Pani od polskiego – dramat obyczajowy, FILM Polska 2025, 115 min 2.45 Quebonafide: Południe – musical, Polska 2025, 70 min 3.55 Franz Kafka – dramat biograficzny, 2025, 125 min	9.50 Planeta Singli. Ośiem historii (4) – serial kom. 10.45 Pisarze. Serial na krótko (5) – serial komediowy, Pol. 11.00 Naruto 3 (24-26) – serial anime, Japonia 2003-2004 12.30 Łapu capu Extra (4) – program rozrywkowy 13.05 Na pierwszy planie (3, 4) – serial dokumentalny 14.20 Making of CANAL+ – magazyn filmowy 14.30 Naruto 3 (21-23) – serial anime, Japonia 2003-2004 16.00 Łapu capu – program rozrywkowy 16.20 Wszystkie kolory świata 4 (4, 5) – serial dokumentalny, Fr. 2023 18.15 13 posterunek 2 (13-15) – serial komediowy, Polska 20.00 Czarownice Mayfair (5, 6) – serial fantasy, USA 21.40 Łapu capu – program rozrywkowy 22.00 Maria Antonina (3, 4) – serial biograficzny, Francja 23.55 Kruk. Szeptysłuch – serial kryminalny, Polska 2018 1.05 Miłość, seks i pandemia (1, 2) – serial obyczajowy, Polska 2024 2.35 Prosta sprawa (1, 2) – serial kryminalny, Polska 4.45 Premierowa jazda – magazyn 5.05 Ziombol (1) – serial dok.	6.00 Sędziowie 2 (5) – dok. 6.55 Lotnisko na Alasce 2 (6) 8.00 Porzucone konstrukcje (7) – serial dok., Wlk. Bryt. 9.00 Okręty wojenne (5) – dok. 9.55 Co poszło nie tak 3 (2) 11.00 Grip – w świecie supersamochodów (7, 8) 13.10 Wolne duchy. Starcie z żywiołami (6) – dok. 14.00 Chwila prawdy (1) – dok. 15.00 Okręty wojenne (6) – dok. 16.00 Lotnisko na Alasce 3 (1) 16.55 Zholowani: ciężarówka w opałach 9 (15) – dok. 17.55 Porzucone konstrukcje (8) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.50 Wykrywacz historii 6 (5) – serial dokumentalny, Wł. 19.55 Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 20.45 Co poszło nie tak 3 (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 2022 21.50 Speedshop: warsztat marzeń (4) – serial dokum. 23.05 Lotnisko na Alasce 2 (5) – serial dokumentalny, 2022 0.00 Zabójcze drogi (1) – dok. 0.55 Projekt Fighter (4) 2.00 Polska z góry: Stacyjny (2) – serial dok., Polska 2024 2.40 Przykrzykownicy. Podwójna gra (1) – dok. 3.45 Zwierzęta Wajraka 2 (4, 5) – serial dok., Pol. 2021 4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 3 (5, 6) – mag.	12.45 Święta w blasku reflektorów – komedia romantyczna, 2024, 85 min 14.10 Wszystko, póki na pół – komedia, Niemcy 2024, 110 min 16.00 Kung Fu Panda 4 – anim., FILM Chiny/USA 2024, 90 min 17.30 Spider-Man – film przygodowy, 2002, 120 min 19.30 Kolejna zwyciężajna przysługa – czarna kom., USA 2025, 120 min 21.30 W stronę słońca – film s.f., Wielka Brytania/USA 2007, 105 min 23.15 28 dni później – horror, FILM 2002, 110 min
AXN BLACK	POLSAT SERIALE				HBO 3 HD
8.45 Zagadki z przeszłości 2 (16) – przyg., Fr./Niem./Kan. 9.45 Gwiezdne wrota 5 (17-19) – s.f., Kanada/USA 12.45 Kobra – oddział specjalny 12 (2) – sens. 13.50 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (21) – sens., USA 14.50 Drużyna A 3 (13) – sens. 15.50 Nieustraszone 2 (6) 16.55 Zagadki z przeszłości 2 (17) – przyg., Fr./Niem./Kan. 17.55 Gwiezdne wrota 5 (20-22) – s.f., Kan./USA 2002 21.00 Zmierzch – film fantasy, FILM USA 2008, 145 min 23.25 Spider-Man Uniwersum – film anim., 2018, 145 min	6.00 Gliniarze (208-210) – serial parodokum., Polska 2018 9.00 Cobra Kai (47-50, 1) – serial przygodowy, USA 12.55 Kowalscy kontra Kowalscy (9-12) – obycz. 14.55 Świat według Kiepskich (433-436) – kom., Pol. 2014 16.55 Columbo (36, 41) – krym. 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (174) – serial kryminalny, USA 21.55 Malanowski i partnerzy (644-647) – serial fab.-dok. 23.55 Ślad (73-75) – serial krym. 3.00 Święty (240, 241) – kom. 4.00 48h. Zaginięcia (137, 138) – serial kryminalny, Polska				12.25 Harry Potter i kamień filozoficzny – przyg., USA/Wlk. Bryt. 2001, 145 min 14.50 Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przyg., USA/Wielka Brytania/USA 2007, 155 min 17.25 Lisa Frankenstein – kom. fantasy, USA 2024, 100 min 19.05 Białe Lotos 2 (1) – kom. 20.05 Stamtąd 3 (3) – serial grozy 21.00 Ród smoka 3 (6) – fantasy 22.50 To: Witajcie w Derry (3) 23.50 Blue Valentine – melodramat, USA 2010, 115 min 1.45 Ród smoka 3 (6) – fantasy

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM	COMEDY CENTRAL	TVN FABUŁA	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA
6.05 Górale (24-26) – dok. 7.25 Doktor Martin (47) – serial obyczajowy 8.30 Przyjaciółki (157, 158) – obycz., Pol. 10.25 Świat według Kiepskich (14, 15, 105, 50, 51) – kom. 12.55 II wojnę światową (3-ost.) – komedia, Polska 1969, 90 min 14.25 Uwierz w Mikołaja – komedia, Polska 2022, 130 min 16.35 Drapacz chmur – film sensacyjny, USA 2018, 130 min 18.45 Piąta fala – film s.f., USA 2016, reż. J. Blak- keson, wyk. Chloë Grace Moretz, 135 min	6.00 Tata ma plan 4 (5, 6) – serial komediowy, USA 2020 7.00 Dwóch i pół 7 (16-19) – serial komediowy, USA 2009-2010 8.55 Przyjaciele 10 (13-17) – kom., USA 2003-2004 11.55 Teoria wielkiego podrywu 10 (5-10) – kom., USA 2016-2017 14.30 Dwóch i pół 7 (20-22) – kom., USA 2009-2010 16.00 Dwóch i pół 8 (1) – serial komediowy, USA 2010 16.30 Przyjaciele (1-6) – serial komediowy, USA 1994-1996 19.30 Duchy (9, 10) – serial fantasy, USA/Wielka Brytania 2021	5.05 Szkoła (799) – serial paradokum. 6.00 Filmowe duety (4) 6.30 Kino Buzz Top 5 (7) 6.45 Zakochani po uszy (115, 116) – telen., Pol. 7.45 Detektywi (129-132) – serial fab.-dokum. 9.50 Prawo Agaty 4 (12) – serial obycz., Polska 10.55 Lekarze (6) – obycz. 11.55 Zapukaj do moich drzwi (18, 19) – telen. 13.55 Prawo Agaty 4 (11) – serial obycz., Polska 14.55 Detektywi – fab.-dok. 16.00 Na Wspólnej (12) – serial obycz., Polska 16.35 Magia kina (2) – kult. 17.00 Wzgorza marzeń – musical, USA 2021, 180 min	6.05 Falszerstwo (3) – serial kryminalny, Fr. 6.50 Detektyw z wybrzeża 3 (5, 6) – krym., Wlk. Bryt. 2024 8.50 Morderstwo na wyspie Marie-Galante – film kryminalny, Francja 2021, 120 min 10.50 Mentalista 3 (11-14) – serial kryminalny 14.30 Zagadki Hailey Dean: Zbrodnia w afekcie – film kryminalny, USA 2016, 110 min 16.20 Morderstwo w Rochefort – krym., Francja 2021, 120 min 18.20 Mentalista 3 (15-18) – serial kryminalny	6.00 Polska z góry. Zamki, dworki, palace 3 (1, 2) – dok. 6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.15 Podróż kapitana Klipera (11, 12) 7.40 Bolek i Lolek (7, 8) 8.00 Podróż za jeden uśmiech (6, 7) – serial przygodowy, 1971 9.20 To nie ze mną 2 (7, 8) 10.50 Mala wielka miłość – komedia romant., 2008, 160 min 13.30 Nad Niemnem (1/2, 2-ost.) – film obycz., 1986, 225 min 17.15 Stawka większa niż życie (12) – wojenny 18.45 Cztery pancerni i pies (1) – wojenny	6.00 Kabaretowe hity (8) – program rozrywkowy 6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Pol. 7.50 Robert Makłowicz (213, 202) – mag. kulin. 9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (6) – serial krym., Australia 10.55 Górski lekarz (10, 11) – serial obycz., Niemcy 12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (7) – serial krym., Australia 14.00 Zajazd. Będzie się działo (6, 7) – obycz. 16.00 Katastrofy w przestworzach (8, 2, 9) – serial dokum. 19.00 Aukcja w ciemno 2 (20, 21) – serial dokum.
THRILLER	KOMEDIOWY	PRZYGODOWY	KRYMINALNY	OBYCZAJOWY	SENSACYJNY
21.00 Chłopak z sąsiedztwa – USA 2015, 110 min Nauczycielka Claire spędza noc z nastolatkiem, który jest jej sąsiadem. Gdy próbuje za- kończyć znajomość, chłopak staje się natrzącywy. 22.50 Król Skorpion – film przyg., USA/Niemcy/ Belgia 2002, 110 min 0.40 Gliniarze (353, 354) – serial paradokum. 2.40 Fala zbrodni (86, 87) – serial sens., Pol. 2007 4.35 Na ratunek 112 (880, 881) – serial paradok., Polska 2024	20.30 Teoria wielkiego podrywu 10 (11-13) Amy świętuje swoje urodziny z Sheldonem. Howard i Bern- nadede cieszą się nowo na- rodzonym dzieckiem. Tata i Raj naprawiają podłogę w pokoju malenstwa. 22.00 The Office PL 3 (3, 4) – serial kom., Pol. 2023 23.05 Comedy Club 9 (3, 4) 0.05 Misteczko South Park 4 (2, 3) 1.00 Pracochylny 5 (4, 5) 2.00 Śmiesznie nie będzie 2 (13, 14) 3.00 Misteczko South Park 3	20.00 Ruchomy chaos – USA/Kan./Hongkong 2021, 145 min Todd należy do kolonizato- row odległej planety. Po epi- demii na świecie nie ma już kobiet. Kiedy Todd spotyka ocalałą Violę, nabiera podej- rzeń wobec przywódców. 22.25 Wszyscy święci New Jersey – krym., USA 2021, 145 min 0.50 Pani i pan Smith – komedia sensacyjna, USA 2005, 145 min 3.15 Szkoła (760) 4.05 Ukryta prawda (1381) – paradok., Pol.	22.00 Bellefond (4) – Francja 2020 Para zostaje oskarżona o zabójstwo. Sprawa męża zajmuje się Bellefond, na- tomiasz żonę reprezentuje obciążająca mężczyznę, bez- kompromisowa prawniczka. 0.00 Niewidomy detektyw (7) – krym. 2.00 Morderstwo w Rochefort – krym., Francja 2021, 125 min 4.05 Zagadki Hailey Dean: Zbrodnia w afekcie – film kryminalny, USA 2016, 125 min	20.00 Wielka majówka – 1981, 115 min Kilkunastoletni Rysiek ucie- ka z zakładu poprawczego i kradnie pieniądze z ele- gantycznej willi. Wraz z nowy- mi znajomymi, m.in. Julkiem, postanawia się zabawić. 21.55 Jestem mordercą – thriller, 2016, 135 min 0.10 Dzień kobiet – dramat obyczajowy, 2012, 145 min 2.35 Chemia – dramat obycz., 2015, 135 min 4.50 Odwyk – film krótkometraż., 2011 5.30 Leben – krótkometraż.	20.00 Amerykański ninja 2 – USA 1987, 115 min W amerykańskiej bazie woj- skowej w zagadkowych okoli- cznościach znikają żołnierze. Oficerowie Armstrong i Jack- son rozpoczynają prywatne śledztwo w tej sprawie. 21.55 Kodeks sprawiedliwego – film sensacyjny, USA 2016, reż. Michael Winnick, 125 min 0.00 Wojna o honor – film sensacyjny, Egipt 2018, reż. Peter Mimi, wyk. Scott Adkins, 165 min
CINEMAX	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE	ROMANCE TV
14.15 Pamięć – dramat obyczajowy, Meksyk/USA 2023, 100 min 15.55 Cytrynowiec – obycz., Pol./Włochy 2023, 110 min 17.45 Pan i władca: Na krańcu świata – dramat przygodowy, 2003, 135 min 20.00 Niezłomny pod Wielkim Łukiem – film biograficzny, Francja/ Dania 2025, 105 min 21.45 Ciemna noc – dramat obyczajowy, Turcja/Niemcy/ Francja 2022, 120 min 23.45 Gangi Nowego Jorku – dramat sens., USA/Niem./ Włochy 2002, 165 min	13.00 Bob kocha Abisholę (1) 13.25 Święty (9, 10) – kom., Pol. 14.25 Spadkobiercy (6) – rozr. 15.25 Co ludzie powiedzą? (2) (1) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.05 Jedną nogą w grobie 5 (3) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.55 Czarna żmija 2 (3) – kom. 17.35 Bob kocha Abisholę (2-4) 19.00 Dwóch i pół 7 (16-19) 21.00 Świat według Kiepskich (4-6) – serial kom., Pol. 2011 22.30 Co ludzie powiedzą? (2) (2) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogą w grobie 5 (4) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.50 Czarna żmija 2 (4) – kom. 0.30 Comedy Club 4 (6) – rozr.	8.00 Bibliotekarze 2 (1, 2) 10.00 Medium 2 (3, 4) – krym. 11.50 Zagubiona tożsamość 4 (1, 2) – serial s.f., USA 2014 13.40 Świat trisau – horror s.f., USA 2018, 110 min 15.30 Medium 2 (5, 6) – krym. 17.20 Zagubiona tożsamość 4 (3, 4) – serial s.f., USA 2014 19.10 Podziemiemy wstrząs – film katastroficzny, Wielka Brytania/USA 2024, 110 min 21.00 Ciche miejsce – horror, USA 2018, 115 min 22.55 Tożsamość – thriller, USA 2003, 115 min 0.50 Wojny drogowe: Furia – film przyg., 2024, 100 min	9.00 Z archiwum X (8) – s.f. 10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (14, 15) – krym. 11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10) 13.45 Agenci NCIS 10 (21, 22) 15.35 Skymed 3 (9) – obycz. 16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (16, 17) – krym. 18.20 Z archiwum X (9) – s.f. 19.15 FBI 4 (22) – serial krym. 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12) 22.00 The Hunting Party (2) 22.55 Z archiwum X (9) – s.f. 23.55 John Rambo – film sens., USA/Niemcy 2008, 115 min 1.50 Zakłamanie (3) – obycz.	9.20 Panna Scarlet i komisarz 2 (2) – krym. 10.20 Panna Marple: Dlaczego nie Evans? – film krym., Wlk. Bryt. 2009, 120 min 12.20 Hudson i Rex 4 (6, 7) – serial kryminalny, Kanada 14.35 Poirot (1) – serial krym. 16.50 Stróżnik Teksasu 2 (13, 14) – serial sensacyjny 18.55 Poirot (2) – serial krym. 20.00 Kontakt bezpośredni – film sensacyjny, Niemcy/ USA 2009, 120 min 22.00 Oczy węża – thriller, USA 1998, 120 min 0.00 Ludzie honoru – dramat sensacyjny, 1992, 185 min	8.10 Górski lekarz (168, 169) 10.05 Diagnoza Betty (165, 166) 12.00 Weekendowy buntownicy – komediodramat, Niemcy 2023, 140 min 14.20 Dr Nice – Mielkie kolana – serial obycz. 16.15 Tajemnica waleńi (1) – dramat przygodowy, Niemcy 2010, 105 min 18.00 Górski lekarz (170, 171) 20.00 Szkoła jazdy – komedia, Niemcy 2012, 115 min 21.55 Bella Familia – komedia, Niemcy 2013, 115 min 23.50 Górski lekarz (170, 171) – obycz., Niemcy/Austria
CINEMAX 2	VIAPIC EPIC DRAMA	NOVELAS+	FX COMEDY	FILMBOX+ HITS	PARAMOUNT NETWORK
13.15 Ave, Cesar! – komedia, FILM 2016, 105 min 15.00 Dziewczyna z marzeniami – dramat obyczajowy, 2009, 110 min 16.50 Cale szczęście – komedia romantyczna, USA 2006, reż. Donald Petrie, 105 min 18.35 Vitruv – komedia, Belgia 2025, 115 min 20.30 Fremont – dramat obyczajowy, 2023, 90 min 22.00 Ostatni przystanek w hrabstwie Yuma – thriller, USA 2023, 90 min 23.30 Kształt wody – film fantasy, USA/Kanada/ Meksyk 2017, 120 min	9.35 Wszystkie stworzenia duże i małe 3 (2) – obycz. 10.35 Lekarze na start (7, 8) – serial obycz., Polska 2017 12.10 Zatręci w miłości (46) 13.05 Marlow: Klub zbrodni 2 (2) – krym., Wlk. Bryt./USA 14.10 Agenci NCIS 17 (5) 15.00 Panna Marple: Uspione morderstwo – krym., Wlk. Bryt. 2006, 130 min 17.10 Poirot 12 (1) – serial krym. 19.05 Agenci NCIS 17 (6) 20.00 Poirot 3 (8) – serial krym. 21.00 Robin Hood (4) – przyg. 22.00 Sprawy pana Booka (5) 23.10 Poirot 3 (8) – serial krym. 0.15 Agenci NCIS 17 (6)	10.00 Opowieść o wyspie (5) 11.00 Otchłań namiętności (128) – telen., Meksyk 2012 12.00 Za wszelką cenę (98) 13.00 Róże i grzechy (27) 14.00 Historia Juany (55, 56) 16.00 Róże i grzechy (28) 17.00 Za wszelką cenę (99) 18.00 Otchłań namiętności (129) – telen., Meksyk 2012 19.00 Macocho (38) – telenowela 20.00 Opowieść o wyspie (6) 21.00 Historia Juany (56) 22.00 Róże i grzechy (28) 23.00 Za wszelką cenę (99) 0.00 Otchłań namiętności (129) – telen., Meksyk 2012 1.00 Macocho (38) – telenowela	11.25 Jim wie lepiej (5, 6) 12.20 Sposób ujęcia – kom. 13.30 Wszyscy kochają Raymonda (8-10-14) 16.00 Simpsonowie 32 (1-4) 18.00 Jak poznałem waszą matkę 4 (12-14) – kom. 19.30 Współczesna rodzina 9 (11-13) – serial komediowy 21.00 Family Guy: Głowa rodziny 19 (20) 21.30 Family Guy: Głowa rodziny 20 (5) 22.00 Sausage Party – film animowany, 2016, 100 min 23.40 Simpsonowie 31 (19, 20) 0.40 Family Guy: Głowa rodziny 19 (14-17)	12.50 Książę i ja – komedia romant., 2004, 120 min 14.50 W harmonii – dramat obyczajowy, 2015, 100 min 16.30 Droga pod wiatr – dramat kryminalny, Francja/Bel. 2011, 105 min 18.15 Miłość x 3 – komediodramat, USA 2020, 105 min 20.00 Autostrada złodziei – film sens., 2025, 100 min 21.40 Czarny diament – thriller, USA 2025, reż. Judd Bloch, 100 min 23.20 Poznajmy się jeszcze raz – komediodramat, Francja/Bel. 2019, 125 min	11.00 Szkoła stewardes – kom., USA 2003, 120 min 13.00 Czarodziejki 4 (15, 16) 14.55 Pingwiny z Madagaskaru 2 (6) 15.20 Wolny dzień Ferrisa Bueller – komedia, USA 1986, 130 min 17.30 Nieoczekiwana zmiana miejsca – komedia, USA 1983, 150 min 20.00 Transformers – film s.f., USA 2007, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, 185 min 23.05 Projekt: Monster – film katastroficzny, 2008, 85 min 0.30 Cztery pokoje – czarna kom., USA 1995, 120 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT HD	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery CHANNEL HD
7.00 Commonwealth Games – Glasgow 2026 – magazyn 8.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – 1. dzień 11.30 Pływanie: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 3. dzień 13.30 Snooker: Turniej Shanghai Masters – 1. dzień 17.00 Kolarstwo: Tour de France – etap: Le Bourg-d'Oisans – Alpe d'Huez i Thoiry – Paryż 18.45 Szwermierka: Mistrzostwa świata – Hongkong 2026 – 3. dzień	6.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz o 3. miejsce 8.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz finałowy 10.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 12.30 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz o 3. miejsce 15.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz finałowy 16.00 Formuła 1: Grand Prix Węgier 17.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej	6.00 Liga+ Extra – magazyn piłkarski 8.00 1 na 1 Extra: Piotr Rutkowski – magazyn sportowy 9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – RCD Espanyol 11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 13.40 Liga+ Extra – magazyn piłkarski 15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – RCD Espanyol Po czterech kolejkach sezonu 2025/2026 Real Madryt był liderem tabeli z kompletem zwycięstw.	7.50 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew – Motor Lublin 10.00 Piłka nożna: Betclit 1. Liga: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Ruch Chorzów 12.10 Motocross Mistrzostwa Polski – Mniszek nad Hnilicem – reportaż 12.40 Żużel: Młodzieżowe indywidualne MP – Bydgoszcz 2026 14.40 Piłka nożna: Betclit 2. Liga: Chojniczanka – Olimpia Grudziądz 16.45 Magazyn 2. ligi piłkarskiej (67) – magazyn piłkarski 17.25 Betclit 1. liga magazyn (77) – mag.	6.00 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski 6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski 7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfL Wolfsburg – Bayern 9.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – Cagliari Calcio 11.00 Formuła 3: Grand Prix Węgier 12.30 Formuła 2: Grand Prix Węgier 14.00 Formuła 1: GP Węgier 16.00 Piłka nożna: Liga włoska: SS Lazio – Inter 18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – FC Köln 20.00 Formuła 1	9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 8 10.00 Stacja Alaska – dok. 11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok. 12.00 Celnicy na straży Turcji (6) – serial dok. 13.00 Pojedynki Eda Stafford 3 – dok. 14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 4 15.00 Złomowisko PL 7 (5) – serial dok., Pol. 2018 16.00 Celnicy na straży Niemiec (4) – dok. 17.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (10) – dok. 18.00 Lotnisko (5) – dok. 19.00 Nagi instynkt przetrwania 9 – dok. 20.00 Nagi instynkt przetrwania – dok.
LEKKOATLETYKA	TENIS	MAGAZYN SPORTOWY	PIŁKA NOŻNA	PIŁKA NOŻNA	DOKUMENTALNY
20.00 Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 1. dzień Jedną z faworytek do podium w biegu przez płotki wydaje się Tobi Amusan z Nigerii. 23.00 Szwermierka: MŚ – Hongkong 2026 – 3. dzień 0.30 Kolarstwo: Tour de France – 21. etap: Thoiry – Paryż 1.30 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 1. dzień 3.00 Kolarstwo: Tour de France	19.00 Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy W stolicy USA zobaczymy w akcji Felixa Augera-Aliassime'a. Będzie to dla niego pierwszy przystanek amerykańskiego cyklu w przygotowaniach do US Open w Nowym Jorku. 21.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej 23.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy 1.00 Boks	18.00 1 na 1 Extra: Piotr Rutkowski Tym razem z pytaniami zmierzy się prezes i współwłaściciel Lecha Poznań. 19.05 Wysoki Pressing – magazyn sportowy 20.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Kraków – GKS Katowice 23.05 Ekstraklasa po godzinach – mag. 0.15 Ekstraklasa – mag. 1.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 3.50 Ligomistrzowe historie (5, 3) – mag.	18.55 Betclit 1. Liga – mecz: Miedź Legnica – Podbeskidzie Bielsko-Biała Ostatni raz zespoły te mierzyły się ze sobą w sezonie 2023/2024. Drużyna gości to beniaminek. 21.05 Betclit 1. liga magazyn (77) – mag. 21.40 GOL – mag. piłkarski 23.00 Sportowy wieczór 23.30 Lekkoatletyka: Mistrzostwa Polski – Białystok 2026 – podsumowanie 1.25 Boks: Gala w Tokio – podsumowanie	20.40 Liga włoska – mecz: Torino – Inter Mediolan Już po meczu w stolicy Piemontu Nerazzurri mogą świętować dwudziesty pierwszy tytuł mistrza Włoch. 22.40 Ligue 1 Show (35) 23.20 Serie A Season Preview – mag. 0.25 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. 1.15 GP Confidential 1.45 F2: Chasing the Dream – mag. motor. 2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – Cagliari	21.00 Nic do ukrycia 2 (2) – Polska 2022 Piotr znajduje mnóstwo muszli w bagażu podróży. Pojawi się też zakazana krajnia tytoniu, a ekipa z Gdańska rewiduje kontener, w którym miały być buty. 22.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (11) – dok. 23.00 Celnicy na straży Niemiec (5) – dok. 0.00 Policjanci z Kent – serial dokum. 1.00 Hotrod wg Kindiga 7 – serial dok. 2.00 Mistrzowie logistyki (13) – dok.
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
12.00 Szwermierka: MŚ – Hongkong 2026 – 3. dzień 14.15 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne – 3. etap 15.15 Kolarstwo: Tour de France – 21. etap: Thoiry – Paryż 16.15 Motocross: Mistrzostwa świata w Loket 18.00 Formuła E: ePrix Japonii – 1. i 2. wyścig 20.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – 1. dzień 22.00 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne – 3. etap 23.00 Kolarstwo: Tour de France – 21. etap: Thoiry – Paryż 0.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games	6.00 Tenis: Turniej ATP w Kitzbühel 8.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 10.00 Tenis: Turniej ATP w Estoril 12.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 15.00 Tenis: Turniej ATP w Kitzbühel 17.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 20.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie 22.30 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie 1.00 Sporty walki: FEN	8.30 Tenis: Turniej WTA w Pradze – mecz półfinałowy gry pojedynczej 11.00 Tenis: Turniej WTA w Pradze – półfinał 13.30 8 wspaniałych (2) – dok. 14.30 Tenis: Turniej WTA w Pradze – finał 17.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda 19.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda 21.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda 23.15 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda 1.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa	11.00 X Games – Norway (1) 12.00 Drift Style (2, 3) – mag. 13.00 Action Sports World (25) 14.00 WWE Classic Gold (83) 14.15 WWE Highlights (29) 15.00 WWE Classic Gold (85) 15.45 WWE Highlights (33, 34) 17.00 KPW Kombit TV (6) 18.00 WWE Highlights (31, 32) 19.00 WWE Classic Gold (4, 8) 20.00 AEW Collision 2 (2629) 22.00 Low – Legacy of Wrestling (2) 1.00 New Japan Wrestling – Highlights (28) 1.30 WWE Highlights (58) 2.00 AMA Motocross Series Highlights 2017 (10)	12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Heidenheim 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Parma Calcio 1913 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: VfL Wolfsburg – Bayern 18.00 Formuła 1: GP Węgier 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: SS Lazio – Inter 22.00 Ligue 1 Season Review – magazyn piłkarski 23.05 Bundesliga Special (21) 0.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Porto – CD Santa Clara 2.00 Werder Double – dok.	7.15 Nowa Maja w ogrodzie 8.15 Szpital (530, 531) 10.15 Nowa Maja w ogrodzie 11.15 Idealna niania 4 (6, 7) 12.45 Klinika naturalnego piękna (3, 4, 6, 7) 14.45 Szpital (529, 530) 16.45 Idealna niania 4 (4, 6-8) 19.45 Zrob coś z tym dzieckiem (2, 3) – mag. 20.45 Skórce na ratunek 4 (1) 21.45 Dr Przyszczyła 3 (15) 22.45 Nie do uwierzenia! (3-5) 1.45 Bez tabu (3) – magazyn 2.15 Eks-tra zmiana (5) – rozr. 3.00 Druga twarz 3 (1) – rozr. 3.45 Szpital (369, 370) 5.15 Klinika urody (8) – mag.
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 3 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
13.50 Z archiwum ESPN – mag. 14.55 UFC Connected (5) – mag. 15.25 Sports magazyn: UFC 279 17.05 Atleci – magazyn sportowy 17.30 Boks: Rocky Boxing Night w Żukowie: Mateusz Polski – Luis Romero Mendoza 20.25 Sporty walki: Babilon MMA 44 w Jaworznie: F. Lamparski – D. Martinez 22.40 Sporty walki: One Punch w Ostrowcu Świętokrzyskim: Rafał Witkowski – Rafał Jaszczuk 0.30 Atleci – magazyn sportowy 0.55 Boks: Polsat Boxing Promotions 12 w Lublinie: P. Czyżyk – D. Lepei	11.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie 13.00 Tenis: Turniej ATP w Estoril – finał gry pojedynczej 15.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 17.00 Tenis: Turniej ATP w Kitzbühel – mecz finałowy gry pojedynczej 19.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 21.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	8.30 Wysoki Pressing – mag. 10.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 12.45 Na pierwszym planie (1) 13.25 1 na 1 Extra – mag. 14.30 Wysoki Pressing – mag. 16.10 Dart: World Matchplay – finał 18.25 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Zagłębie Lubin – Piast 21.00 Ekstraklasa po godzinach – mag. piłkarski 22.00 Boks: BKFC Fight Night: Urugwaj: G. Reyno – J. Krejci 0.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 2.45 Ligomistrzowe historie	14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Köln 16.00 Piłka nożna: Liga francuska 18.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski 18.40 Bundesliga Special (21) 19.35 Podróż do świata Calcio – magazyn piłkarski 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Sporting CP – Gil Vicente FC 22.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Napoli – Cremonese 0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – 1. FC Heidenheim	14.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex 16.00 Bundesliga Special (21) 17.00 Serie A – mag. piłkarski 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Lecce – Juventus 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Eintracht 22.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex 0.00 Najszybsze gole Bundesligi – mag. piłkarski 0.15 Dramatyczne rzuty karne – magazyn piłkarski 0.30 Najlepsze gole Bayernu Monachium – mag. 0.45 Najlepsze gole VfL Wolfsburg – mag. piłkarski	6.35 W rytmie wolności (7, 8) 8.15 Chwile szczęścia (3, 4) 10.10 Polska z góry 2 (13) – dok. 10.40 Polska z góry 3 (1, 2) 11.40 Twardzieli (10) – dok. 12.10 Noc Kryształowa. Preludium zagłady (1, 2) 14.10 Katastrofy z góry (1-5) 19.00 Baleary: Cztery piękne siostry (3, 4) – dok., Niem. 21.00 Ocean, nasz dom – dok. 22.40 Cicha wojna – Rosja kontra europejskie demokracje – film dokum. 23.45 Luca. Legenda Ferrari 1.45 O co biega? (16) – mag. 2.20 W rytmie wolności (7, 8) 4.05 Chwile szczęścia (3, 4)

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	TVP HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
6.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada 8.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dokumentalny 9.00 Gwiezdne bitwy – serial dokumentalny 11.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – program rozrywkowy 13.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny 15.00 Jak działa wszechświat? 6 – serial dokumentalny, USA 2018 18.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada	6.00 Celnicy na straży Europy 4 (1) – dok. 6.30 Viralowe zbrodnie 2 – serial dokum., USA 7.00 Celnicy na straży Europy 4 (2) – dok. 7.30 Viralowe zbrodnie 2 8.00 Przerwana sielanka 10.00 Spowiedź mordercy: akta strażnika z Teksasu 12.00 Wyrok do podważenia 14.00 Morderstwo na prowincji 6 – dok. 16.00 Morderstwo na bagnach 3 – dok. 18.00 Morderstwo w tropikach – dok. 20.00 Prawdziwy koszmar z ulicy Wązów – dok., USA	10.00 Porzucone konstrukcje (3) 11.00 Plemienna szkoła przetrwania (3) 12.00 Makro inżynieria (1-3) – serial dok., Fr. 15.00 Katastrofa w przestworzach (7) 16.00 Złapać przemytnika (7) – dok., USA 2024 17.00 Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (1) 18.00 Tajemnice wojennych wraków (4) – dok., Wlk. Bryt. 19.00 Historia Związku Radzieckiego (2) – dok., Wlk. Bryt. 2022 20.00 Katastrofa w przestworzach (6) – serial dokum.	6.00 Wehikuł czasu (727) 6.05 48h. Zaginięci (75) – serial krym., Polska 7.00 Była sobie Ziemia 8.55 Wehikuł czasu (727) 9.00 Starożytni kosmici (15) – serial dok., USA 10.00 Gwiazdy lombardu (17, 18) – reality show 12.00 W kręgu zła: Ludzie Hitlera (6) – serial dok. 13.00 Poszukiwacze historii (5, 6) – dok. 14.00 Zaginione złoto II wojny światowej (7, 8) – serial dok., USA 16.00 Dorwać tuńczyka (5, 6) – serial dok., USA 18.00 Rolnicy. Podlasie (40, 41) – serial dok. 20.00 Galileo 28 (3) – pr. popularnonaukowy	10.05 Hany 10.50 Arsenal. Magazyn militarno-histeryczny – mag. 11.25 Wyspy Kanaryjskie (2) – serial dok., Niem. 12.30 Zabójcza nauka 2 (2) 13.30 07 w akcji! 13.45 Królowie (66) – hist. 14.20 Cztery pancerni i pies (9) – wojenny 15.30 Sensacje XX wieku 18.00 Tajemnica Enigmy (2) – serial hist., Polska 18.45 „Jan Serce” – historia niejednej miłości – reportaż 19.05 Wyspa władców 20.00 Oficerowie (5) – sens. 20.55 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (4)	15.45 Gwiazdy lombardu 13 (21) – reality show 16.15 Wykute w ogniu 4 (13) – reality show 17.10 II wojna światowa w kolorze: największe bitwy (6) – serial dok. 18.10 Największe tajemnice świata 6 (18) – serial dok., USA 19.05 Starożytni kosmici 17 (11) – serial dokumentalny 20.00 Starożytni kosmici 16 (18) – dok. 21.00 Starożytni kosmici 17 (9) – dok. 22.00 Największe tajemnice świata 7 (15) – serial dok., USA
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY
21.00 Jak działa wszechświat? Czarne dziury nie powinny budzić jedynie złowrogich skojarzeń. Badania dowodzą, że są niezwykle istotne w procesie powstawania gwiazd i dają światło. 23.00 NASA – archiwum tajemnic 4 (3) – serial dok., Wielka Brytania 1.00 Jak działa wszechświat? 6 – serial dokumentalny 4.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – program rozrywk.	21.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 Danielle, początkująca astrolożka i influencerka, buduje w sieci własną społeczność obserwatorów. Gdy zaczyna zdobywać rozgłos, pojawia się fala druzgocącej krytyki. 22.00 Ciała w wodzie – serial dokum. 23.00 Morderca z kręgu przyjaciół – dok., USA 0.00 Szokująca prawda 14 – dok. 1.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 – dok.	21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (4) W airbusie zgłaszy silniki. Załoga za wszelką cenę nie chciała dopuścić do wodowania. Awaria innej maszyny przyczyniła się do poprawy bezpieczeństwa lotów. 22.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy (4) – dok. 23.00 Katastrofa w przestworzach (2) 0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (3, 7, 8) – serial dokum.	21.00 Skanowanie historii (4) – USA/Czechy 2025 Nowoczesne technologie skutecznie rewolucjonizują archeologię. Drony, lidar, skanowanie 3D i obrazowanie satelitarne odsłaniają to, czego nie widać gołym okiem. 22.00 Tajne bazy nazistów (1, 2) – serial dokumentalny 0.00 Starożytni kosmici (3) – serial dok., USA 1.00 Rolnicy. Podlasie (51, 52, 1, 2) – serial dokumentalny, Polska 5.00 Kolowrotek (10, 11) – magazyn wędkarski	22.00 Putin i Zachód (1) – Wielka Brytania 2022 Przywódca zachodniego świata od dawna próbował ograniczyć wpływ Władimira Putina. Stosowali różne strategie, by utrzymać go w ryzach. 23.15 Sensacje XX wieku 1.25 Encyklopedia II wojny światowej – sens. 1.55 Oficerowie (5) – sens. 2.40 Cztery pancerni i pies (9) – wojenny 3.40 U Pana Boga za piecem – komedia, Polska 1998, 95 min 5.15 Ukryte gniazdo dynastii – dok.	23.00 Niewyjaśnione tajemnice wszechświata (6) Twórcy programu próbują odpowiedzieć na pytanie, czego możemy dowiedzieć w nowej epoce badania przestrzeni kosmicznej, docierając do obcych planet. 23.55 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (7) – dok. 0.50 Starożytni kosmici 16 (18) – dok. 1.50 II wojna światowa w kolorze: największe bitwy (6) – serial dok.
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
9.00 Kwatery Hitlera (5) – dok. 10.00 Wrzesień '39 (18, 19) 11.00 Militaria na warsztat 12.00 Tajemnice starożytnych mumii (8) – serial dok., USA 13.00 Królestwo dinozaurów 14.00 Łowcy staroci: Renowacje (20, 1) – dok. 16.00 Walka o bagaż (9-11) 18.00 Łowcy staroci (1, 2) – dok. 20.00 Nawiedzona Irlandia 22.00 Tajemnice Alaski – dok. 0.00 Miasta, w których straszy – serial dok., USA 2.00 Było, nie było (4) – dok. 3.00 Pasja – sposób na życie 4.00 Profesjonalisci – cyki dok. 5.00 Łowcy staroci (13) – dok.	13.45 Patagonia. Życie na krańcu świata (1) 14.45 Średniowieczne serce Czech i Moraw (1, 2) 15.50 Niezwykłe podróże koleją 10 (7) – serial dok. 16.55 Świat z góry (9, 10) 17.55 Dokąd dzisiaj? 4 (104) 18.15 Polska z góry 10 (4, 5) 19.10 Mam zamek 2 (6) – dok. 19.45 Szepty dawnej Ziemi – film dok., Francja 2025 20.50 Jeanne Duval. Zapomniana muza Baudelaire'a – film dok. 21.55 Ramzes II. 66 lat panowania (3) – dok., Fr. 23.10 Krótka historia miłości	8.00 Od malpy do człowieka 9.00 Niezwykły dr Pol 12.00 Zabójcze safari (1) – dok. 13.00 Parki narodowe w Austrii (2) – dok., Austria 14.00 Zwierzęta zombie (1) 15.00 Dziką konfrontacją (9) 16.00 Gorongosa: odzyskać raj 17.00 Humorzyste zwierzęta 18.00 Parki narodowe Ameryki (1) – serial dok. 19.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (2) 20.00 Drapieżnik kontra ofiara (3) – dok., Wlk. Bryt. 21.00 Niezwykły dr Pol 2.00 Parki narodowe w Austrii – serial dok.	9.50 W okowach mrozu 4 (15) 10.40 Cuda Meksyku (1) – dok. 11.50 Historia lwiego stada Marsh (2) – dok., Wlk. Bryt. 12.55 W okowach mrozu 4 (15) 13.55 Zabójcza pogoda 2 (2) 14.55 Rzeczne potwory 6 (6) 15.00 W okowach mrozu 4 (15) 17.00 Wielka Afryka (1) – dok. 18.05 Rekin kontra orki – dok. 19.00 Rzeczne potwory 6 (6) 20.00 W okowach mrozu 4 (16) 21.00 Cuda Meksyku (1) – dok. 22.05 W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem (1) – serial dokum. 23.15 W okowach mrozu 4 (16) 0.15 Zabójcza pogoda 2 (2)	11.20 Skarby przeszłości i ich tajemnice 7 (3) – dok. 12.20 Malownicze trasy kolejowe 4 (6) – serial dok. 13.20 Wielkie koty 24/7 (3) 14.30 W okowach mrozu 4 16.25 Wietnamskie przygody Billa Bailey (1) – dok. 17.35 Wielkie koty 24/7 (3) 18.15 Malownicze trasy kolejowe 5 (1) – serial dok. 19.45 Największe zagadki nauki (3) – dok., Wlk. Bryt. 20.55 W okowach mrozu 5 22.55 Wietnamskie przygody Billa Bailey (1) – dok. 0.05 Paryż-Stambuł z Sue Perkins (4) – serial dokum.	13.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok. 14.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA 15.00 Kot z pieką rodem 17.00 Na krańcu Alaski – dok. 18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 7 – serial dok. 19.00 Cztery kęsy, cztery łapy 20.00 Zwierzęta – czego nie widać – serial dokum., USA 21.00 Klan z Alaski – serial dok. 22.00 Baseny z rozmachem 23.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA 0.00 Cuda z drewna – dok. 1.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
13.50 Świat dzikiej przyrody 14.50 Przyroda w symbolizmie (1) – film dokumentalny, Fr. 15.55 Mikroorganizmy: co wisi w powietrzu? – dok. 16.55 Pociągami dookoła świata (1) – dok., Wlk. Bryt. 17.50 Sanatorium miłości 6 (7) 18.50 Kultura, Giedrych i inni 20.00 Wzgórza Styryjskie 21.05 Kultowe wyspy Oceanu Indyjskiego (1) – film dok. 22.05 Zagadki zbrodni policji miejskiej (1) – serial dok. 23.05 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn 23.15 Zabić czas – naukowo o nudzie – film dokum.	8.05 48h. Zaginięci (148, 149) 10.05 Polacy za granicą (43, 44) 12.05 Wojny kontenerowe 13.10 Poszukiwacze historii 14.05 Poza kontrolą. Katastrofa na dworcu w Paryżu – film dok., Fr. 15.20 Świat z góry. Zamki (4) 16.30 Dziką Polską – film dok. 17.30 Polowanie na Hitlera (8) 18.10 Military top 10 (8) – dok. 19.40 Europejska mafia samochodowa – film dok. 20.50 Titano. Budowa giganta 22.00 Miłość i seks w Izraelu 23.05 Oto Ameryka XXL – głosy prowincji – dok. 0.25 Kroniki Hitlera (3) – dok.	12.15 Złoto Jukonu (10) – dok. 13.15 Gruchoty z kanadyjskiej guszy (3) – serial dokum. 14.10 Australijscy poszukiwacze złota 7 16.00 Drwal z Vancouver Island 2 (3) – reality show 17.00 Lodowi wikingowie (3) 18.00 Złoto Jukonu (3) – dok. 18.55 Australijscy poszukiwacze złota 8 21.00 Największe budowle 3 (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 22.00 Nago, samotnie i do domu daleko (2) 23.00 Za kratami: najcięższe więzienia na świecie 2 0.10 Złoto z mroźnej krainy	12.00 Starożytność: zdrady (5) 13.10 Wzruszająca historia zaginionych zwójów 14.20 Zaginione miasta Biblii (1, 2) – film dok., Wlk. Bryt. 16.25 II wojna światowa: cena imperium (1) – serial dok. 17.30 II wojna światowa: końcówka (3) – serial dok. 18.40 Starożytność: zdrady (6) 19.50 Ramzes: władca Egiptu 21.00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (1) – serial dokum. 21.55 Konkwistadorzy: powstanie i upadek (4) 22.55 Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora (6) – serial dok. 0.00 Starożytność: zdrady (5)	15.05 Zagrabie wakacje (3) 16.00 Pogrzebani za domem 6 17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2 (13) – dok. 18.00 Dożywności 3 (5) – dok. 18.30 Dr Anna. Tajemnice prosekatorium (1) – dok. 19.00 Dowody zbrodni 4 (11) 20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (11) – dok. 21.00 Pogrzebani za domem 6 (13) – serial dokumentalny 22.00 Psy na służbie z Jimem Belushim (7, 8) – dok., USA 23.00 Zbrodnia: oszukać prawdę (8) – serial dokum. 23.55 Kobiety, które niosły śmierć 12 (7) – serial dok.	10.10 Dzikawce potrawy: smakowite miast (1-4) 12.15 Nowe życie w starym domu: Witajcie we Włoszech (5, 6) – pr. rozr. 14.20 Człowiek kontra jedzenie (5) – mag. kulin. 14.55 Kulinarne podróże z Guyem Fierim (2-5) 17.00 Dorwać komandosa 19.00 Megaadulki (3, 4) – dok. 21.05 Sprawa dla medium i detektywa (2, 3) – dok. 23.10 Kobieta na krańcu świata (3-5) – serial dok. 0.55 Nowe życie w starym domu: Witajcie we Włoszech (5, 6) – pr. rozr.

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
14.10 Kulturalni 15.00 Serwis Info 15.10 Kiedyś to było... 15.40 Falowanie i spądanie – pamięci Kory (1) 16.00 Zaraz wracam 2 (114) – serial obycz. 16.30 Barwy szczęścia (3348) – serial obycz. 17.00 Telexpress 17.20 Gra słów. 17.50 Krzyżówka (1070) 18.15 Telexpress Extra 18.45 Panorama 19.20 Mysłiele – sylwetki polskie (9) – cykl reportaży 19.30 Program informacyjny 19.30 WOJENNY	9.25 Koło fortuny (1985) 10.05 Makłowicz w podróży – mag. 10.45 Postaw na milion 12.35 Familiada – telet. 13.15 Daleko od szosy (1) 14.40 Rodzinka.pl (207) 15.10 Program rozrywkowy 15.20 Niepewne sytuacje 3 (7) – rozr. 15.50 Kocham Cię, Polsko! (9) – program rozrywk. 17.25 Va banque (953) 18.00 Kolo fortuny (1988) 18.35 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin. 19.40 Makłowicz w podróży – mag. 20.15 Postaw na milion 21.15 Kabaret Letnią Porą (4) – program rozrywk. KOMEDIOWY	6.00 Przyjaciółki (93, 94) – serial obycz., Polska 8.00 Co ludzie powiedzą? 3 (21, 22) – serial kom., Wlk. Bryt. 9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (65, 66) – reality show 12.30 Bogaty dom – biedny dom (107, 108) 14.30 10 lat młodsza w 10 dni z Sablewską (7, 8) – pr. rozrywk. 16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (61) – reality show 18.00 Nasz nowy dom (250, 251) – reality show, Polska 20.00 Kolacja w ciemno (40) – pr. rozrywk. DOKUMENTALNY	6.00 Strażnik Teksasu (9, 10) – serial sens. 7.55 Bogaty dom – biedny dom (98) – reality show 8.55 Policjantki i Policjanci (532, 533) – serial obycz., Polska 10.55 Na ratunek 112 (1130, 1131) – serial paradok. 11.55 Dlaczego ja? (1559, 1560) – serial paradok. 13.55 Trudne sprawy (791-793) – paradok. 16.55 Policjantki i Policjanci (1410) – serial obycz., Polska 18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (528) – reality show OBYCZAJOWY	6.00 24 godziny (34) – inf. 7.10 Express – pr. inform. 7.35 DeFacto 14 (13, 14) 8.30 Kartoteka 3 (10, 11) – serial fab.-dokum. 10.35 Detektywi (49, 50) 12.35 Zakup w ciemno 4 (11) – reality show 13.35 Zakup w ciemno 6 (8) – reality show 14.35 Nic do zgłoszenia 4 (3) – serial dokum., Pol. 15.35 Złomowisko PL 6 (1) 16.45 Express – pr. inform. 16.58 Pogoda, sport 17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 18 (5) 18.05 Zakup w ciemno extra (7) 18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (2) 19.45 Express – pr. inform. REALITY SHOW	5.20 Damy i wieśniaczki. Ukraina 7 (10) – serial fabulano-dokum., Ukraina 6.10 Anatomia piękna 2 (4) – program rozrywk. 7.00 Co za tydzień – magazyn kulturalny 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn 11.20 Ugotowani (3, 4) – program kulinarno-rozrywkowy 13.30 Kuchenne rewolucje (9, 8) – program rozrywkowy 15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4, 5) – reality show 17.05 W czym do ślubu? (7) – program rozrywkowy ROZRYWKOWY
20.25 Czas honoru. Powstanie (10) – Pol. Bronek i Michał zastanawiają się nad zagadką kodu ze zdjęć. Odkrywają, co oznaczały cyfry umieszczone na fotografiach. Trop wiedzie do domu na Wilanowskiej. 21.15 Królowa Bona (9) 22.20 Tajemnice kultowych seriali (4) 23.15 Panorama 23.45 Gabi Drzewiecka zaprasza (1) 0.30 Andrzej Wajda – Notatki 0.40 Zaraz wracam 2 (114) – serial obycz.	22.20 Rodzinka.pl (63) – Polska 2012 Magda bierze udział w organizacji balu maturalnego i przedstawia Tomkowi swoje pomysły. Najstarszy z braci Boskich nie wie, kim chce zostać po skończeniu szkoły. 22.55 Lato z Radiem i Telewizją Polską – widowisko 1.05 Kolo fortuny (1988, 2054) – teleturniej 2.30 Kabaret Letnią Porą (9, 24) – pr. rozrywk. 4.35 Hity wszech czasów (12) – mag.	21.05 Więzienie kobiet (90, 91) – Polska Kulisy życia w zakładzie karnym. Osadzone zostały skazane za różne przestępstwa, od kradzieży po zabójstwa. Serial przybliża także pracę kobiecej służby więziennej. 22.05 Miłość z internetu (3, 4) – serial dokum. 23.00 Gry małżeńskie (192, 193) 1.00 Kolacja w ciemno (11, 12) – pr. rozrywk. 3.05 Więzienie kobiet (51, 52) – serial dok. 4.00 Zdrady (191, 192) – serial paradok.	19.00 Policjantki i Policjanci (1411) Lena i Tymon dostają zgłoszenie o usiłowaniu zabójstwa starszej kobiety. Ktoś oblał ją łatwowapną substancją. 20.00 Uroczysko (221, 222) 21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (137) 22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1020) 23.00 Bez litości: Anioł śmierci – film Sensacyjny, Kanada/USA 2012, 115 min 0.55 Love Island. Wyspa miłości (40)	20.05 Zakup w ciemno 6 (9) – Polska 2025 W Radomiu dochodzi do śpiecia między Marivo a nową parą handlarzy. We Wrzawie atmosferę podgrzewają matki z córkami, które walczą o miejsce na rynku. 21.05 Zakup w ciemno extra (1) – reality show, Polska 21.45 Express – pr. inform. 22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (8) 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (5) 0.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (9) – fab.-dok.	17.40 Kuchenne rewolucje (10, 9) Magda Gessler próbuje ocalić przydrożny bar Eweliny, mieszczący się w nieogrzewanym baraku przy ruchliwej trasie. Ekspertkę czeka trudne zadanie. 20.50 Jestem z Polski (1, 6) 22.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9 0.35 Seks – wypadki (12) – serial fab.-dok., USA 1.35 Dorota was urządzi! (7) – program rozrywk. 2.20 Nieoczekiwane miejsca (3) – dok.
13.20 Komisarz Alex 5 (60) 14.15 Ranczo 10 (119, 120) 16.10 Gwiazdorska kuchnia Ani 3 (36) – magazyn kulin. 16.40 Tańcząca ze światem – Grecja (1) – magazyn 17.10 Okrasa lamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 26 (339) 19.30 Ranczo 9 (117) – obycz. 20.10 Rodzinka.pl (312, 313) 21.25 Ojciec Mateusz 32 (419) 22.20 Siedem lat w Tybecie FILM – dramat biograficzny, USA/Wlk. Bryt. 1997, 145 min 0.45 Szczęśliwy człowiek FILM – dramat obyczajowy, Polska 2000, 100 min	15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz. 19.50 Rosamunde Pilcher: Sprawy serca – film obycz., Niem. 2011, 120 min 21.50 Rosamunde Pilcher: Zareczona, zakochana, zagubiona – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2011, 105 min 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	9.55 MacGyver 3 (17, 18) 12.00 Niszczycielskie żywioły 13.10 Wojny magazynowe: Kanada 2 (28, 29) 14.20 Pod pokładem 11 (1) 15.30 Sensacje XX wieku 17.55 Wojciech Ciejrowski – bosy przez świat 20.00 Kobra – oddział specjalny 24 (14, 15) 22.00 Dynamo: Więcej niż magia 2 (2) – serial dokum. 23.00 Magia nagości 5 (9) – rozr. 0.05 Magia nagości. 0.55 Adam Szuka Ewy. Finlandia (2) – reality show 2.00 I love Kabaret (1-3) – rozr.	12.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7 13.00 Wiza na miłość: znowu do zwięzła 3 15.00 Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11 16.00 Historie wielkiej wagi 18.00 Wiza na miłość 0.00 Oczami bohaterów 4 19.00 Megaskamy 3 – dok., USA 20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show 21.00 Wiza na miłość 12 23.00 Koleżanki na zabój 0.00 Dr Przyszykła – dok., USA 1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show 2.00 Wiza na miłość 12	13.55 Podróż przez smaki Chin 2 (1) – serial dokum. 14.55 U sąsiadów w kuchni 15 (12, 13) – serial dok., Niem. 15.55 Jakubaki rozgrywa... (9) 16.10 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka 2 (3) 16.35 Jamie Oliver: 5 składników 18.30 Maximum Foodie 5 (4) 18.55 M jak mięso 2 (10) – dok. 19.25 M jak mięso 3 (1) – dok. 19.50 Nie bój ryby! 2 (4) – mag. 20.15 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień 21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 6 23.55 Nie bój ryby! 2 (3, 4)	12.15 Jeździć, obserwować (3) 13.00 Mobilni mechanicy (7, 8) 14.30 Zawodowi handlarze 16.00 Wojny samochodowe 18.00 Raport Turbo – mag. inf. 18.15 Jeździć, obserwować 19.00 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (5) – rozr. 19.45 Usterka 16 (16) – fab.-dok. 20.15 Naprawy nie do naprawy (6) – mag. 21.00 Wojny samochodowe (7) 22.00 Raport Turbo – mag. inf. 22.15 Jeździć, obserwować 23.45 2 drugiej ręki (1) – mag. 0.30 Usterka 16 (17) – fab.-dok. 1.00 101 gadzettoz motoryzacyjnych (5)
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (13) – kom., Pol. 10.00 Miodowe lata (29) – kom. 10.30 Więzienie (154-156) – dok. 12.00 Polko 2 (1, 2) – serial krym. 14.00 Świat według Kiepskich (379, 380) – serial kom., Pol. 15.00 Świat według Bundy (211-216) – serial kom., USA 18.00 Calkiem nowe lata miodowe (10) – kom., Pol. 18.30 Miodowe lata (81-84) 21.00 Zdrady (21) – paradok., Pol. 22.00 Ślad (55, 56, 94) – krym. 1.00 Łowca pedofilów 3.00 Tv okazje (18, 19) 3.50 Wehikuł czasu (727, 726) 4.00 Sala operacyjna (10)	8.30 Szpital (812, 813) 10.30 Sedzia Anna Maria Wesołowska (381, 382) 12.30 SOS Ekipy w akcji (4) 13.30 Brzydula (57, 58) – kom. 14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (28) – obycz. 15.45 The Floor (11, 12) – telet. 17.00 Fani czterech kółek 18 18.00 Magda M. (4) – obycz., Pol. 19.00 Kartoteka 4 (5, 6) – serial fab.-dokum., Polska 2013 21.05 Kryminalni 4 (11, 12) 23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (15) – krym. 0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7 (11) – dok. 2.15 Szkoła (549, 550)	13.05 Cieżarówka przez śniegi 3 (1) – serial dokum. 14.00 Kłatwa Wypsy Dębów 2 15.00 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 15.55 Australijscy poszukiwacze złota 5 17.00 77 TV 2 (12, 13) – pr. rozr. 20.00 Alex Hugo – górski detektyw (21) – krym., Fr. 22.10 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 2 (1) – serial kryminalny, Fr. 23.15 Detektywi z Bordeaux 5 (2) – serial krym., Fr./Bel. 0.30 Polska. Największe tajemnice 2 (2-4) – pr. rozr. 3.45 Poprawczak (6, 7) – dok.	13.00 Makłowicz w podróży 14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (14, 15) 16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (11) 16.55 Pogoda 17.00 Zakochani na Hawajach – komedia romantyczna, USA 2023, reż. Nanea Miyata, 120 min 19.00 Strażacy z sąsiedztwa 2 (5) – serial dok., Polska 2026 20.00 Bitwa o Colę – film dok. 21.50 Pogoda 22.00 Mistrzowie Kabaretu 2 23.00 Mistrzowie Kabaretu 9 0.00 Mistrzowie Kabaretu (5) 0.55 Mistrzowie Kabaretu 15	13.05 Po pierwsze lokalizacja! – Nowa Zelandia (5) 14.05 Wakacyjne domy na wynajem (4) – dok. 15.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (11) – serial dok. 15.55 Meblokrecje (3, 4) 16.50 Gardeners' World 14 (20) 18.00 Ucieczka na wieś 22 (25) 19.00 Wielkie projekty: Wielka Brytania 22 (3) – dok. 20.00 Daleko od miasta 13 21.00 Wakacyjne domy na wynajem (5) – dok. 21.55 Wielkie projekty: Australia 12 (4) – dok. 23.00 Wielkie projekty: Australia 11 (4) – dok.	8.00 Mój miasto, mój dom 9 10.00 Widok, na który cię stać 11.05 Usterka 11 (3, 4) 12.35 Mój miasto, mój dom 7 14.35 Mieszkanie na miarę 2 16.35 Polowanie na ogród 8 18.15 Będzie pięknie (3) – rozr. 19.10 Weekendowa metamorfoza 6 (1) – rozr. 20.05 Zgłoś remont 4 (7) – rozr. 21.05 Dorota was urządzi! 22.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 6 (4-7) – pr. rozr. 0.45 Kupujemy dom na plaży 22 (2, 3) – dok. 1.40 Remontujemy dom na plaży 7 (3) – pr. rozr.

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Nasz nowy dom (316) – reality show 7.30 Na ratunek 112 (951, 952) – serial paradokum., Pol. 2024 8.30 Sekrety rodziny (23-25) – serial paradokum., Pol. 2018 11.30 Trudne sprawy (962) – serial paradokum., Pol. 2020 12.30 Dlaczego ja? (1374, 1375) – serial paradokum., Pol. 2024 14.30 Świat według Kiepskich (6-10) – serial komediowy, Polska 17.00 48h. Zaginieni (181, 182) – serial kryminalny, Pol. 2023	6.05 Wydarzenia 6.45 SuperLudzie Extra (39) – magazyn 6.55 Na ratunek 112 (735, 736) – paradok. 8.00 Doktor Martin (1, 2) – serial obyczajowy 10.00 Wydarzenia 10.30 SuperLudzie (10, 1) 12.00 Świat według Kiepskich (397-399) – serial kom., Pol. 2012 13.30 Bitwa o palety (16) 14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (68) – reality show 16.00 Ninja Warrior Polska (20) 17.55 Świat według Kiepskich (488, 489, 583, 584) 19.55 Złomiarze (17) – dok.	6.00 Więzienie (184, 185) 6.55 Policjanci i Policjanci (731, 732) – serial obycz., Polska 8.55 Kobra – oddział specjalny (50, 51) – serial sens., Niemcy 10.55 48h. Zaginieni (181-183) – krym., Pol. 13.55 Policjantki i Policjanci (1211) – serial obycz., Polska 14.55 Uroczysko (67, 68) – serial krym., Polska 15.55 Kobra – oddział specjalny (52, 53) – serial sens., Niemcy 18.05 Strażnik Teksasu (11, 12) – serial sens. 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (81, 82) – krym.	6.00 Zagadki doktora Blake'a 5 (1) – krym. 7.00 Ulica nadziei (5, 6) 8.35 Lewis 6 (6) – krym. 9.40 My Life is Murder 5 (3) – serial kryminalny 10.40 Śmierć pod palmami 3 (6) – krym. 11.45 Zagadki doktora Blake'a 5 (1) – krym. 12.55 Ulica nadziei (7, 8) 14.55 Ojciec Brown 8 (10) 15.55 Lewis 6 (6) – krym. 17.00 My Life is Murder 4 (4) – serial kryminalny 18.00 Morderstwa w Midlands 24 (2) – krym., Wlk. Bryt. 2023 19.55 Śmierć pod palmami 3 (7) – krym. 21.00 My Life is Murder 5 (4) – serial kryminalny	9.00 Tru i Tęczowe Królestwo (5) – anim. 9.30 Domisie – dla dzieci 10.00 Zwierzaki Czytali (179) – program eduk. 10.20 Olimpiada Bolka i Lolka (7, 8) – anim. 10.45 Rodzina Treflików 5 (64, 65) – serial anim. 11.10 Odo (91-93) – anim. 11.35 Stacyjkowo (41, 42) 11.55 Pszczółka Maja (31) 12.25 Domisie – dla dzieci 13.00 Figu Migu na planecie Czochoch (37) 13.20 Tygrysek Percy i jego opowieści (2) 13.30 Tygrysek Percy i jego opowieści (2) 13.45 Świnka Peppa 8 14.10 Pająk Lucas 2 (61, 62) 14.30 Oli i Luna (61, 62)	6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 7.30 Jeden na jeden 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 9.55 Biznes – pr. publicyst. 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.55 Biznes – pr. publicyst. 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 11.55 Biznes – pr. publicyst. 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 13.55 Biznes – pr. publicyst. 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.55 Biznes – pr. publicyst. 15.00 15 na żywo – magazyn inform. 16.00 Fakty po południu – program inform.
PARADOKUMENTALNY	KOMEDIODRAMAT	KRYMINALNY	KRYMINALNY	ANIMOWANY	PUBLICYSTYCZNY
19.00 Gliniarze (1008) – Polska 2024 Pracownik Służby Celno-Skarbowej zostaje zaatakowany podczas kontroli w hurtowni odzież. Umiera w szpitalu. Śledczy odkrywają kryminalną przeszłość właściciela firmy i jego partnerki. 20.00 Ślad (84) – krym., Pol. 20.00 Gliniarze (803) 22.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (119, 120) – dok., Pol. 23.00 Świat według Kiepskich (379, 380) 0.00 Ślad (103) – krym., Pol. 1.00 Zdrady II (21)	20.55 28 dni – USA 2000, reż. Betty Thomas, 125 min Uzależniona od alkoholu dziennikarka Gwen powoduje wypadek samochodowy. Sąd skazuje ją na pobyt w ośrodku odwykowym. Kobieta postanawia zmienić swoje życie. 23.00 Hitman: Agent 47 – thriller, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2015, 120 min 1.00 Świat według Kiepskich (453-458) – serial kom., Polska 4.00 Nasz nowy dom (287, 288)	21.55 Czarna lista 2 (33) – USA 2014 Oddział specjalny rusza na ratunek działającemu pod przykrywką agentowi CIA, który został porwany przez groźnych separatystów w Uzbekistanie. 22.55 Łowca pedofilów (193-196) – dok., Pol. 0.55 Więzienie (214, 216, 215, 217) 2.55 Cobra Kai (37) – serial przygodowy, USA 2018 3.35 Septagon (20, 21) – serial krym., Polska 5.45 Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.	22.00 Schwytać mordercę (8, 9) – RPA/Wlk. Bryt. Na polach trzciny cukrowej w Durbanie odkryto zwłoki. Ponieważ podobnych przypadków jest coraz więcej, Mikki zaczyna doszukiwać się ataków paniki. 0.10 Harry Wild 4 (7) – serial kryminalny 1.05 Śmierć pod palmami 3 (7) – krym. 2.10 Morderstwa w Midlands 24 (2) 4.00 My Life is Murder 4 (4) – serial kryminalny 4.45 Moja rodzinka 3 (10) 5.15 Ojciec Brown 8 (10)	14.55 Oktonauci 2 – Irlandia/Wielka Brytania 2012 Dzielnicy niedźwiedź polarny, pingwin o wielkim sercu, kot i ich towarzysze ratują stworzenia żyjące pod wodą. 15.20 Cień, czy mogę Cię zjeść? (31) – mag. 15.40 Bella i Sebastian 16.10 Pat i świat 2 (91, 92) 16.35 Dino Ranczo (59, 60) 17.05 Pszczółka Maja 17.30 Robin Hood (9, 10) 18.00 Mała Marinette 18.30 Idelfiks i Niegugi 19.00 Pety i Bill 19.10 Czarodziejskie...	18.00 Tak jest Andrzej Morozowski podsumowuje informacje dnia, a także zaprasza gości, z którymi dyskutuje o bieżących problemach w Polsce. 19.15 Serwis informacyjny 19.30 Fakty po Faktach – program inform. 20.10 Fakty o świecie 21.00 Polska i świat – inf. 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu – mag. 0.25 Biznes – pr. publicyst. 0.45 Fakty po Faktach 1.30 Tak jest – pr. publ. 2.35 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
POLSAT PLAY HD 6.00 Budowlancy (20) – dok. 6.30 Kolowrotek (214) – mag. 7.00 Dorwać magazyne (5, 6) 9.05 Wojny magazynowe (79, 280) – reality show 10.05 Wojny kontenerowe (7, 8) – serial dokumentalny 11.00 Hardkorowy lombard (119, 118, 120-123) – dok. 14.00 Polacy za granicą (63, 64) 16.00 Złomiarze (11, 12) – dok. 18.05 Poszukiwacze historii (195-198) – serial dokum. 20.00 Złomiarze (42, 56) – dok. 0.50 Kolowrotek (206-211) – magazyn wędkarski 4.00 Starożytni kosmici (42, 41) – serial dok., USA	FOOD NETWORK HD 13.15 Apetyt na miłość (6) 14.15 Akcja: Restauracja! (16) 15.15 Elitarny turniej wypieków (6) 16.15 Kuchenne rewolucje (7) 17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (6) – mag. kulin. 17.50 Miłość od kuchni (8) 18.50 Dziecięce mistrzostwa wypieków (1) 19.50 Perfekcyjni gospodarze 9 (14) – dok. 20.50 Pojedynki na grille (7) 21.55 Pyszne miejscówki (5) 22.55 Akcja: Restauracja! 20 23.55 Człowiek kontra jedzenie (12-14) – mag. 1.25 Pyszne miejscówki (7, 8)	POLSAT RODZINA HD 10.55 David Attenborough i cię natura 2 (3, 4) 12.00 Bogaty dom – biedny dom (133) – reality show 12.55 Rodzina zastępcza (245, 246) – kom., Pol. 2006 14.55 Wielkie wycieczkowce 15.55 Świat z góry (14, 1) – dok. 17.10 Pingwiny z Madagaskaru (22-25) 19.05 Rodzina zastępcza (319) 20.05 Kalkiem nowe lata miodowe (4, 5) – kom. 21.10 Miodowe lata (10) 22.05 Nasz nowy dom 0.00 Sekrety II wojny światowej (1, 2) – dok., Fr. 2.30 Ewa gotuje (531) – mag.	BBC LIFESTYLE HD 11.35 Mistrzowie szycia 11 13.35 Mistrzowie ceramiki 5 14.40 Wielkie nowozelandzkie wypieki 4 (5) – pr. rozrywk. 15.40 Zapraszamy do stołu: Wielka porcja 20 (6) 17.50 Wymarzone domy 2 (16) 18.50 Mistrzowie szycia 5 (1) 19.50 Wielkie nowozelandzkie wypieki 4 (6) – pr. rozrywk. 21.00 Najlepsze hotele Indii (1) 22.00 House of Kardashians (2) 23.00 Wstydlive choroby: online 3 (1) – serial dokum. 23.55 Gordon Ramsay i nowe gwiazdy biznesu w Australii (8, 9) – dok. 2.15 Mistrzowie ceramiki 5	NICK JR. HD 16.40 Psi Patrol 5 (15) – anim. 17.05 Rubble i jego ekipa 4 (6) 17.35 Pan Krokodyl (6) – anim. 17.55 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka (12) – serial anim. 18.15 Barbapapa i jego rodzinka 2 (20) – anim., Fr. 18.40 Dora 4 (4) – serial anim. 19.00 Santiago z móż (16) 19.30 Przygody Misia Paddingtona 2 (20) 19.55 Przygody Misia Paddingtona (14) – anim. 20.07 Świnka Peppa 4 20.31 Świnka Peppa (15) 20.36 Świnka Peppa 5 20.55 Barbapapa i jego rodzinka (13-15) – anim.	POLSAT NEWS HD 14.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 14.55 Pogoda 15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 15.30 Sport, pogoda 15.50 Wydarzenia 15:50 16.10 Więcej „Wydarzeń” – inf. 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ. 18.00 Najważniejsze pytania 19.15 Gość „Wydarzeń” – publ. 19.50 Debaty Gozdyry – publ. 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie – pr. inf. 23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny 0.00 Najważniejsze pytania
Kobieta DVB-T2 12.50 Przepis dnia (12) – mag. 13.00 Na dobre i na złe (585) 13.55 Kiedyś to było... – mag. 14.30 Okrasa łamie przepisy 15.00 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (64) 15.30 Ojciec Mateusz 4 (45, 46) 17.25 Kto rządzi światem? (9) 18.30 Hity wszech czasów (1) 19.30 Miłość i nadzieja (317) 20.30 Wichrowe wżorzce (298) – serial obycz., Turcja 2024 21.30 La Promesa – palac tajemnic (282) – obycz. 22.30 Śmietanka towarzyska – kom., USA 2016, 100 min 0.10 Pestycydy, cicha zagłada – film dokum., Fr.	E! ENTERTAINMENT HD 8.50 Bogate dzieciaki z Beverly Hills (5, 6) – dok. 10.40 Plastikowa fuszka 12.30 Z kamerą u Kardashianów 15 14.20 Bogate dzieciaki z Beverly Hills (7, 8) – dok. 16.10 Plastikowa fuszka 18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 18.30 Z kamerą u Kardashianów 15 20.30 Very Cavallari (1, 2) 22.30 Plastikowa fuszka 0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 1.00 Z kamerą u Kardashianów 15	TV TRWAM DVB-T 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Sanktuarium polskie 16.30 Porady medyczne bonifratrów (40) – med. 17.00 Świadkowie 17.30 Spotkanie Rodziny Radia Maryja – pr. religijny 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc historia – cykl fel. 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Z wędka nad wodę w Polskę i świat – rozr. 22.25 Miłość większa niż strach – film dokum., Pol.	BBC BRIT HD 9.20 Alfabet Top Gear (1) 10.35 W warsztacie (2) – dok. 11.25 Brytyjskie fabryki 3 (6) 12.30 Top Gear 10 (3) – mag. 13.35 W warsztacie (3) – dok. 14.35 Cuda inżynierii (2) (8) 15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 5 (6) – telet. 16.45 Brytyjskie fabryki 3 (6) 17.50 Top Gear 10 (4) – mag. 18.55 Cuda inżynierii (2) (8) 20.00 Brytyjskie fabryki 4 (1) 21.00 Kolekcja aut Goldberga 22.00 Legendarne samoloty gascinie: ostatni lot (2) 23.00 Top Gear 10 (3) – mag. 0.05 Top Gear 22 (5) – mag.	MINI+ HD 11.25 Baczne oczka (2-5) 11.55 Marta mówi (13, 14) 12.50 Moje urodziny – dla dzieci 12.59 Marta mówi (15, 16) 13.55 Moje urodziny – dla dzieci 14.00 Basia (10-13, 1) – anim. 15.10 Kicia Kocia (12, 13, 1-3) 15.55 Blaze i megamaszynny 2 16.51 Blaze i megamaszynny 2 17.20 Staś i fajna Babcia (30, 1) 17.50 Moje urodziny – dla dzieci 17.57 Staś i fajna Babcia (2) 18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia (10, 11) – serial anim., Jap. 18.40 Dora i przyjaciele 2 (4, 5) 19.35 Kicia Kocia (13, 1-4) 20.25 Mały Charlie (12, 13, 1-3)	TVP 3 DVB-T2 12.30 Okrasa łamie przepisy 13.00 Agrobiznes 13.20 Agropogoda 13.30 Rozmowy (nie)wygodne 14.10 Calkiem niezła historia 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny 15.20 Serwis Info Dzień – inf. 15.30 Program lokalny 19.30 Dlaczego krowa... – mag. 19.45 Kryminalna siódemka 20.00 Dziennik regionów – inf. 20.13 Gość Regionów – pr. publ. 20.30 Kryminalna siódemka 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów – inf. 22.30 Złoty chłopak (203) – serial obycz., Turcja 2022

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

14.50
FILMBOX+ HITS **Weekend z królem**
BIOGRAFICZNY Angielska para królewska przybywa do USA na spotkanie z Rooseveltem. Weekend obfituje w zabawne momenty. Reż.: Roger Michell, A: Bill Murray, Laura Linney, Samuel West
Wlk. Bryt. 2012 **105 min ▶ do godz. 16.35**

14.55
TVP KULTURA **Mój Nikifor**
BIOGRAFICZNY U plastyka Włosińskiego zjawia się malarz Nikifor. Gospodarz próbuje pozbyć się natręta. Z czasem odkrywa jego talent. Reż.: Krzysztof Krauze, A: Krystyna Feldman, Roman Gancarczyk
Polska 2004 **110 min ▶ do godz. 16.45**

16.10
ALE KINO+ **Czterej muszkietierowie**
PRZYGODOWY Na zlecenie kardynała Richelieu lady de Winter porwya Constance. D'Artagnan rusza jej na pomoc. Reż.: Richard Lester, A: Faye Dunaway, Michael York, Oliver Reed
USA/Wlk. Bryt. 1974 **125 min ▶ do godz. 18.15**

18.05
CINEMAX **Ella i John**
KOMEDIA PRZYGODOWA Emerytowany anglista ma początki alzheimera. Udaje się z żoną w podróż, która ma przywrócić mu wspomnienia. Reż.: Paolo Virzi, A: Helen Mirren, Donald Sutherland, Dana Ivey
Włochy/Francja 2017 **115 min ▶ do godz. 20.00**

18.50
POLSAT FILM **Salon piękności**
KOMEDIA Fryzjerka Gina nie może się porozumieć z szefem. Zaciąga kredyt i otwiera własny zakład wraz z przyjaciółką. Początki są trudne. Reż.: Bille Woodruff, A: Queen Latifah, Alicia Silverstone, Kevin Bacon
USA 2005 **130 min ▶ do godz. 21.00**

19.10
SCI FI **Arktyczny Armagedon**
KATASTROFICZNY Po trzęsieniu ziemi temperatura na planecie dramatycznie spada. Badacze szukają sposobu na odwrócenie tego zjawiska. Reż.: James Mahoney, A: Patrick Labyorteaux, Joe Finfer, Cedrick Terrell
USA 2023 **110 min ▶ do godz. 21.00**

20.00
STOPKLATKA **13 godzin: Tajna misja w Benghazi**
SENSACYJNY Rok 2012. Terrorysty atakują konsulat USA w Libii. Garstka ochroniarzy walczy o życie dyplomatów. Reż.: Michael Bay, A: John Krasinski, James Badge Dale, Max Martini
USA/Maroko 2016 **180 min ▶ do godz. 23.00**

22.00
TV PULS **6 kul**
SENSACYJNY Zawodnik MMA przylatuje do Europy. Jego córka zostaje porwana z hotelu. Zrozpaczony ojciec prosi o pomoc byłego najemnika. Reż.: Ernie Barbarash, A: Jean-Claude Van Damme, Joe Flanigan
USA 2012 **135 min ▶ do godz. 0.15**



Strażnik Gotham City wychodzi z ukrycia, by chronić mieszkańców.



20.00 Mroczny rycerz powstaje

SENSACYJNY Terrorysta dąży do zniszczenia miasta. Tylko Batman może go powstrzymać.

HIT DNIA Trwają uroczystości upamiętniające śmierć prokuratora Denta. Przypisuje mu się zasługi oczyszczenia metropolii z przestępczości zorganizowanej. Batman, który wziął na siebie jego zabójstwo, z bohatera stał się bandytą. Miliarder Bruce Wayne, człowiek

ukrywający się w stroju nietoperza, wycofuje się z życia publicznego. Utrzymuje kontakt jedynie z Alfredem. Kłamstwo przyniosło jednak pożądane efekty, a działalność kryminalistów w mieście została ograniczona. Drogo okupiony spokój burzy pojawienie się przebie-

głej włamywaczki Kobiety Kot. Okazuje się, że to nie ona jest prawdziwym zagrożeniem, lecz terrorysta Bane. Superbohater musi ponownie zmierzyć się ze złem. **HD 205 min ▶ do godz. 23.25**

USA/Wlk. Bryt. 2012 Reż.: Christopher Nolan Wyst.: Christian Bale, Tom Hardy, Morgan Freeman, Marion Cotillard



20.00
POLSAT **Szybko i wściekle**
SENSACYJNY Ginie partnerka mistrza nielegalnych wyścigów (Vin Diesel). Prowadząc śledztwo, przestępca trafia na ślad króla heroiny. Podczas organizowanego przez mafiosa pojedynku na torze spotyka Briana.

Reż.: Justin Lin Wyst.: Paul Walker, John Ortiz
USA 2009 **HD 135 min ▶ do godz. 22.15**



20.50
TVN **Epidemia**
SENSACYJNY Pułkownik Daniels (Dustin Hoffman) bada wirusy lasów tropikalnych. Trafia do osady w dżungli, którą zdziesiątkowała tajemnicza choroba. Wkrótce epidemia atakuje Kalifornię. Zaczyna się walka z czasem.

Reż.: Wolfgang Petersen Wyst.: Rene Russo
USA 1995 **HD 160 min ▶ do godz. 23.30**



20.00
TV PULS **Skazany na piekło**
SENSACYJNY Żona amerykańskiego inżyniera (Jean-Claude Van Damme) zostaje zabita. Wdowiec mści się na mordercy i trafia z dożywotnim wyrokiem do więzienia. Bierze udział w organizowanych przez strażników walkach.

Reż.: Ringo Lam Wyst.: Lawrence Taylor
USA 2003 **HD 120 min ▶ do godz. 22.00**



22.15
POLSAT **Ultimatum Bourne'a**
SENSACYJNY Szef projektu Treadstone ma zlikwidować byłego szpiega (Matt Damon), który stanowi zagrożenie dla dawnych zwierzchników. Sojuszniczka uciekiniera jest analityczką (Julia Stiles).

Reż.: Paul Greengrass Wyst.: David Strathairn
USA/Niem. 2007 **HD 155 min ▶ do godz. 0.50**



20.00
C+ PREMIUM **Dreams**
THRILLER Tancerz baletowy przedostaje się do USA z grupą nielegalnych imigrantów. Chce, żeby bogata filantropka (Jessica Chastain), z którą łączy go romans, pomogła mu w karierze. Kobiecie zależy na dyskrecji.

Reż.: Michel Franco Wyst.: Isaac Hernández
USA 2025 **HD 95 min ▶ do godz. 21.35**



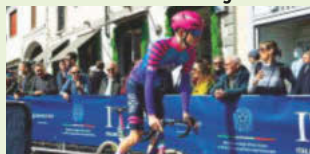
22.40
TVP 1 **Zaginiony w akcji**
SENSACYJNY Były pułkownik sił specjalnych James Braddock (Chuck Norris) spędził siedem lat w wietnamskiej niewoli. Weteran postanawia wrócić do dżungli, żeby odbić przetrzymywanych w obozach jeńców.

Reż.: Joseph Zito Wyst.: M. Emmet Walsh
USA 1984 **HD 110 min ▶ do godz. 0.30**

→ sport


11.00 MŚ – Hongkong
SZERMIERKA LIVE

Czwartego dnia czempionatu do rywalizacji o medale przystąpią drużyny florecistów i szpadzistów. Polskę reprezentują m.in. Andrzej Rządowski, Leszek Rajski, Jan Nowak, a także Magdalena Pawłowska i Alicja Klasik. **HD 240 min ► do godz. 15.00**


14.30 Tour de l'Ain
KOLARSTWO LIVE

Pierwszy z trzech etapów wyścigu zacznie się w Parc des Oiseaux, a zakończy w Bourg-en-Bresse. Jannis Peter, Victor Papon, Henok Mulubrhan i ich koledzy po fachu przejadą niemal 161 km. **HD 105 min ► do godz. 16.15**


17.00 Turniej WTA w Waszyngtonie
TENIS LIVE

Udział w zawodach w stolicy USA zapowiedziały np. najlepsza przed rokiem Leylah Fernandez, faworytka gospodarzy Jessica Pegula czy półfinalistka Wimbledonu, Marta Kostniuk. **HD 120 min ► do godz. 19.00**


20.00 Commonwealth Games
LEKKOATLETYKA LIVE

W Glasgow trwa czwarta edycja zawodów, w których uczestniczą sportowcy z państw tworzących Wspólnotę Narodów. Rywalizacja toczy się m.in. w koszykówce 3x3. **HD 165 min ► do godz. 22.45**

→ rozrywka


10.00 Poszukiwacze domów: raj na własność
LIFESTYLE

Uczestnicy odwiedzają lokalizacje takie jak Hawaje. Oglądają niezwykle nieruchomości, poznają atuty prezentowanych domów i sprawdzają, czy tropikalna sceneria może stać się ich codziennością. **HD 30 min ► do godz. 10.30**


20.00 Morderstwo odkrywa prawdę
TEATR TV

Sztuka na podstawie powieści Patricka Quentina, w reżyserii Barbary Sałackiej. Inspektor policji rozpoczyna śledztwo w sprawie morderstwa Maureen Jordan. O zbrodnię podejrzewa jej męża. **HD 105 min ► do godz. 21.45**


23.30 Kuba Wojewódzki
TALK-SHOW

Przypomnienie odcinka, w którym gościli aktorka Agata Kulesza i Ralph Kamiński. Artysta miał okazję zaśpiewać fragment utworu „Kosmiczne energie” wraz ze swoimi fankami. Nie zabrakło szczerych wyznań. **HD 75 min ► do godz. 0.45**

→ dokument


23.00 Tajemnice podwodnych wraków
HISTORIA

W 2015 roku frachtowiec El Faro zniknął w trakcie huraganu. W 1588 roku silny wiatr zniszczył Wielką Armadę u wybrzeży Irlandii. Zginęło ponad 20 tys. osób. **HD 60 min ► do godz. 0.00**

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

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.00 Splątane losy** (9) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 5.50 Akacja 38** (904) – telenowela, Hiszpania 2018
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Kościół z bliska** – mag. religijny
- 8.00 Serwis Info** – program inform.
- 8.05 Pogoda Info**
- 8.15 Kulombowie** (1): Śmierć po raz pierwszy – serial wojenny, Polska 1970
- 9.15 Ranczo 8** (93) – obycz., Pol. 2014
- 10.10 Komisarz Alex 22** (278) – serial kryminalny, Polska 2024
- 11.00 Ojciec Mateusz 17** (215) – serial kryminalny, Polska 2017
- 12.00 Serwis Info** – program inform.
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda** – program inform.
- 12.40 Magazyn rolniczy**
- 12.55 Natura w Jedyne: Przerazająca tajemnica kwiatów** – film dokumentalny, Francja 2022
- 14.00 Splątane losy** (10) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 15.00 Serwis Info** – program inform.
- 15.10 Pogoda Info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** (1076)
- 16.00 Dziedzictwo** (992) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Telexpress**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacja 38** (921) – telenowela, Hiszpania 2018
- 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 2024
- 5.35 M jak miłość** (1803) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.25 Wspólnota ponad granicami** – reportaż, Polska 2026
- 6.55 Barwy szczęścia** (3363) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – mag.
- 11.30 Rodzinka.pl** (53, 54): Praca, dom, kanapki; Prawko – serial komediowy, Polska 2012
- 12.35 Koło fortuny** (1909) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda** (155) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** (1024) – teleturniej
- 14.35 Na sygnale** (885): Pierwszy dzień reszty twojego życia... – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (442) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- Manuel i Curro ruszają na wojnę. Cruz czyta pożegnalny list od syna. Ogarnia ją rozpacz.
- 16.00 Koło fortuny** (1910) – teleturniej
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (156) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 Va banque** (1025) – teleturniej
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3363) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy** (28) – teleturniej
- 20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (28) – teleturniej
- 20.55 Postaw na milion** – teleturniej

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** (360, 361): Śmierć na budowie; Falszywy wnuk – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy** (1281, 1282) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 11.35 Gliniarze** (898, 899) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 13.40 Dlaczego ja?** (1528, 1529) – serial paradokumentalny, Polska 2026
- Sabina szuka ojca, który przed laty porzucił rodzinę. Trafia do domu babci Maryli. Postanawia pomóc chorej staruszce. Jej przyjaciel, student farmacji, analizuje zioła i suplementy podawane Maryli przez sąsiadkę. Odkrywa coś niepokojącego.
- 15.50 Wydarzenia, pogoda**
- 16.25 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.40 Gliniarze** (1095, 1096) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Na leśnym parkingu znaleziono zwłoki kobiety. Adam i Olga ustalają, że była zawodniczką MMA, którą zdyskwalifikowano za doping. By znaleźć zabójcę, detektywi organizują prowokację. Angażują w nią policjantkę z Wydziału Techniki Operacyjnej.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.35 Sport, pogoda**

tvn HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1712) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (10): Tarnów – Pizzeria Bujani – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.20 Doradca smaku** (31) – magazyn kulinarny
- 11.25 Kuchenne rewolucje** (10): Karpacz – Geneza Smaku – program rozrywkowy
- 12.35 Ukryta prawda** (1501, 1502, 1737) – serial paradok., Polska
- 15.45 Detektywi** (121) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- Młoda kobieta zgłasza zaginięcie ojca. Senior ma złą opinię w okolicy, ponieważ donosi na sąsiadów i gromadzi kompromitujące informacje.
- 16.50 Szpital św. Anny** (77) – serial obyczajowy, Polska 2026
- Tomek postanawia zaangażować się w poszukiwania Marty i Kai. Tymczasem do personelu szpitala dołącza nowa pielęgniarka, Sabina Krawczyk.
- 17.55 Młode gliny** (33) – serial kryminalny, Polska 2026
- Policja bada sprawę zabójstwa Marleny i zaginięcia jej synka. Podejrzenia padają na byłego partnera kobiety, lecz mężczyzna ma mocne alibi.
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**
- 19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 20.15 Na Wspólnej** (4253) – serial obyczajowy, Polska 2026

20 KRYMINALNY



20.30 07 zgłoś się (5): 24 godziny śledztwa – Polska 1978

Porucznik Borewicz usiłuje rozwiązać zagadkę tajemniczej śmierci Katarzyny Jańczak zamordowanej wieczorem w drodze z pracy do domu. Podejrzany jest jej kolega, Adam Fordon, wychowanek domu poprawczego.

21.40 Poświęciłem wszystko, życie poświęciłem – Jerzy Stuhr – film dokumentalny, Polska 2024

22.40 Zaginiony w akcji – film sensacyjny, USA 1984, reż. Joseph Zito, wyk. Chuck Norris, M. Emmet Walsh, David Tress, 110 min

0.30 Kochając Pabla, nienawidząc Escobara – dramat biograficzny, Hiszpania/Bulgaria 2017, reż. Fernando León de Aranoa, wyk. Javier Bardem, Penélope Cruz, Peter Sarsgaard, 135 min

2.45 Nie powiesz nikomu? – komedia romantyczna, USA 2019, reż. Elise Duran, wyk. Alexandra Daddario, Tyler Hoechlin, Sunita Mani, 95 min

4.20 Wykrywacz kłamstw – publ.

4.40 Reporterzy – mag. reporterów

4.50 Zakończenie

FAB.-DOKUM.



21.50 Na sygnale (881, 882): Dawni znajomi; Nikt nikogo nie kocha – Polska 2026

Britney wpada na Aleksandra, przemysłowika, który wciął Patrycję. Gdy w jego żołądku pęka kapsułka z narkotykami, o życie bandyty walczą ekipa doktora Góry. Kilka godzin później Julka i Alek zostają brutalnie napadnięci.

22.55 Berlin Ku'damm 59 (7) – serial obyczajowy, Niemcy 2018

Będąca w zaawansowanej ciąży Monika stawia czoło wyzwaniom. Na świat przychodzi jej córka. Kobieta przekazuje ją siostrze.

23.50 PiBull 2 (14) – serial sensacyjny, Polska 2007

0.45 Karol, władca Hiszpanii (13) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015

1.45 Nasz dom w górach (20): Druga szansa, część 2 – serial obyczajowy, Niemcy 2023

2.40 Jednostka 414 – strażniczek z Nahal Oz – film dokumentalny, Francja 2025

3.40 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025

4.10 Zakończenie

SENSACYJNY



20.00 Szybko i wściekle **FILM** – USA/Japonia 2009, 135 min

Dominic Toretto prowadzi śledztwo dotyczące śmierci ukochanej. Trafia na trop króla heroiny. Podczas organizowanego przez mafiosa wyścigu samochodowego spotyka dawnego samojazda, O'Connora. Łączy z nim siły przeciw wspólnemu wrogowi.

22.15 Ultimatum Bourne'a **FILM** – film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, Julia Stiles, David Strathairn, Scott Glenn, 155 min

Ministerstwo Obrony przejmuje kontrolę nad programem Treadstone. Były agent Jason Bourne zna tajemnice projektu. Scigany przez zabójców mężczyzna próbuje zrekonstruować przeszłość, której nie pamięta.

0.50 Kingsman: Tajne służby **FILM** – komedia sensacyjna, Wielka Brytania 2014, reż. Matthew Vaughn, wyk. Colin Firth, Taron Egerton, Samuel L. Jackson, Adrian Quinton, 165 min

3.35 Nasz nowy dom (298) – reality show

SENSACYJNY



20.50 Epidemia **FILM** – USA 1995, 160 min

Wojskowy epidemiolog bada wirusy występujące w lasach tropikalnych. Trafia do osady, której ludność została zdziesiątkowana przez tajemniczą chorobę. Jest przekonany, że zaraza dotrze do USA. Wkrótce wirus atakuje mieszkańców Kalifornii.

23.30 Kuba Wojewódzki (4) – talk-show

0.45 Bez śladu – film kryminalny, Wielka Brytania 2018, reż. Kristoffer Nyholm, wyk. Peter Mullan, Gerard Butler, Emma King, Gary Lewis, 125 min

Rok 1900, Szkocja. Latarnicy Thomas, James i Donald znajdują na skałach rozbitka oraz tajemniczy kufer ze złotem. Wkrótce w okolicy zjawiają się bezbolesni bandyci, którzy pragną odzyskać swój drogotywny łup.

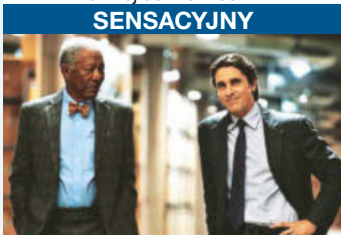
2.50 Uwaga! – magazyn reporterów

3.10 Wallander 2 (3) – serial kryminalny, Szwecja/Niemcy/Dania 2009

5.00 Nauka jazdy 5 (25) – program rozrywkowy



- 5.25 Ten moment** (7) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (828-830) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1350, 1469, 1470) – serial paradokumentalny, Polska 2014
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1135-1137) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
- 13.55 Kryminalni 2** (4): Błkitny pokój – serial kryminalny, Polska 2005
- 15.00 Szpital** (806, 807) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (518): Różowy metal – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (30) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- Ratownicy medyczni spieszą na pomoc porażonemu prądem dwunastolatkowi, który utknął w oknie domku na działkach. Sytuacja przyczynia się do odkrycia przez nich dramatu białoruskiej rodziny. Z kolei funkcjonariusze policji zostają wezwani przez leśniczego, który znalazł przestraszonego chłopca.
- 19.00 Ukryta prawda** (1541) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- Mieszkająca za granicą Patrycja przyjeżdża wraz z partnerem do Polski. Podczas odwiedzin przekonuje się, że siostra jest uzależniona od alkoholu. Każde jej iść na odwyk. W przeciwnym razie zabierze córkę krewnej do Niemiec.



- 20.00 Mroczny rycerz powstaje** – USA/Wielka Brytania 2012, 205 min
- HIT DNIA**
- W Gotham City pojawiają się włamywaczka w przebraniu kota oraz terrorysta Bane. Jego zbrodnicze plany zmuszają Bruce'a Wayne'a do wyjścia z cienia. Po ośmiu latach powraca jako Batman, by stawić czoło złu. Ostatni film z serii o Człowieku Nietoperzu w reżyserii Christophera Nolana.

- 23.25 Annabelle: Narodziny zła** – horror, USA 2017, reż. David F. Sandberg, wyk. Anthony LaPaglia, Samara Lee, Miranda Otto, Brad Greenquist, 140 min
- Lalkarz Samuel i jego żona Esther zapraszają do domu zakonnicę Charlotte, której towarzyszy sześć dziewczynzek z sierocińca. Goście stają się celem opętanej lalki.
- 1.45 Sierota** – horror, USA/Kanada/Niemcy 2009, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Vera Farmiga, Peter Sarsgaard, Isabelle Fuhrman, CCH Pounder, 135 min
- 4.00 Zgłoś remont 11** (8) – program rozrywkowy



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (18, 19): Podśluch; Przerosty biurokracji – serial kryminalny, USA 1987
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (11, 12): Zły dzień; Swobodny spadek – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (79, 80) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (126) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- Estefania i Isabel próbują dowiedzieć się, co się stało z Mari-chuy. Amador oskarża Anę Julię o podminienie kul w pistolecie. Lekarz zawiadamia rodzinę, że operacja Mari-chuy się udała.
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (60) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy 2** (45) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11** (562, 563) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy 2** (46) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- Wiesław przebywa w domu seniora wbrew swojej woli. Często kupuje przez internet zakazane w placówce towary, m.in. alkohol. Roman staje się świadkiem wizyty policji.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (983, 984) – serial obyczajowy, Polska 2026
- Piętnastoletni Adaś regularnie jest upokarzany przez Jessikę. Pedagog informuje przez matkę chłopca, że dawno nie pojawił się on w szkole i być może boryka się z depresją. Kobieta jest w szkole.



- 20.00 Wtorki z Van Damme'em: Skazany na piekło** – USA 2003, 120 min
- Rosja. Żona inżyniera z USA, Kyle'a LeBlanca, zostaje zabita. Ten mści się na zabójcy i trafia do dożywotnim wyrokiem do więzienia. Bierze udział w organizowanych przez strażników walkach. Dostosowuje się do panujących tam warunków i zdobywa szacunek współwięźniów.
- 22.00 6 kul** – film sensacyjny, USA 2012, reż. Ernie Barbarash, wyk. Jean-Claude Van Damme, Joe Flanigan, Anna-Louise PLOWMAN, Charlotte Beaumont, 135 min
- 0.15 Przetrawianie** – dramat przygodowy, USA/Wielka Brytania 2011, reż. Joe Carnahan, wyk. Liam Neeson, Dermot Mulroney, Frank Grillo, James Badge Dale, 135 min
- 2.30 Dzielnica strachu 10** (443): Nigdzie – serial kryminalny, Polska 2025
- 3.30 Lombard. Życie pod zastaw 18** (979) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 4.35 Zobacz to!** – pr. powtórkowe



- 5.55 Ale numer! 21** (10) – pr. rozrywk.
- 6.20 Cosie-Ktosie** (22) – serial anim.
- 6.30 Kajko i Kokosz 2** (22) – serial animowany, Polska 2021
- 6.45 SamSam: Kosmiczne przygody** (12) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (19) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol 2** (11) – serial anim.
- 7.50 Dora** (3) – anim., Kan./USA 2024
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina** (22) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
- 8.50 Masza i Niedźwiedź** (21, 22) – serial animowany, Rosja 2012
- 9.20 Straszne historie Maszy** (22) – serial animowany, Rosja 2016
- 9.25 Świnka Peppa 2** (38-40) – serial animowany, Wielka Brytania 2005
- 9.45 Bing** (35, 36) – serial animowany
- 10.00 Jeżyk i Przyjaciele** (11, 10) – serial animowany, Polska
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (29, 28) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (21, 22) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol** (8) – anim., Kan./USA
- 12.35 Marta mówi** (29) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (202, 203) – serial anim.
- 14.00 My Little Pony: Przyjaźń to magia** (1, 2) – anim., USA/Kanada
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (39, 40) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
- 16.00 Fineasz i Ferb 2** (23, 24) – serial animowany, USA 2007-2011
- 17.00 Smerfy** (204, 205) – serial anim.
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru** (5, 6) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (18, 19) – serial animowany, USA 1987



- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (971) – Polska 2026
- Klientka szuka prezentu dla partnera z kursu tanecznego. Uważa, że między nimi iskry. Beton wraca do domu po skomplikowanej akcji. Andżelika przychodzi na kolejne spotkanie grupy wsparcia. Guru proponuje jej wyjazd.
- 21.00 Dzielnica strachu 10** (453, 454) – serial kryminalny, Polska 2025-2026
- 23.00 Super Mario Bros** – komedia s.f., USA/Wielka Brytania 1993, reż. Rocky Morton, wyk. Bob Hoskins, John Leguizamo, Dennis Hopper, Samantha Mathis, 140 min
- 1.20 Dzielnica strachu 10** (449): Lokator – serial kryminalny, Polska 2025-2026
- 2.00 Lombard. Życie pod zastaw 12** (654) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5** (218, 219) – serial obyczajowy, Polska 2019
- 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (518) – serial obyczajowy, Polska 2022



- FARCIARZ GILMORE 2**
- Po latach Happy Gilmore (Adam Sandler) wraca na pole golfowe. Ma ważny powód – chce zdobyć pieniądze na opłacenie szkoły baletowej córki. Jego nietypowy styl gry ponownie wzbudza kontrowersje i prowadzi do wielu zabawnych sytuacji. Nie będzie ich brakować w trakcie pojedynku z rywalem.
- komedia, USA 2025; 117 min



- 180**
- Zak (Prince Grootboom) to był gangster, który próbuje zerwać z przeszłością. Wszystko zmienia się po incydencie drogowym, w wyniku którego jego syn trafia do szpitala w stanie krytycznym. Zrozpaczony ojciec postanawia sam wymierzyć sprawiedliwość. Obsesyjnie goni za zemstą.
- thriller, RPA 2026; 94 min



- POD WIATR**
- Ania (Sonia Mieliciela), przyszła studentka medycyny w Londynie, spędza wakacje w mekce polskiego surfing. Na Helu poznaje instruktora kitesurfingu Michała (Jakub Sasaki). Za jego sprawą wkracza do nieznanego dotąd świata. Rodzące się między nimi uczucie nie zyskuje akceptacji otoczenia.
- komediodramat, Polska 2022



- LEANNE**
- Leanne (Leanne Morgan) przeżywa wstrząs, kiedy mąż porzuca ją dla innej. Kobieta musi stawić czoło nowej rzeczywistości. Może liczyć na wsparcie bliskich, w tym siostry Carol (Kristen Johnston), która pomaga jej wyjść z każdego kryzysu. Singielka w średnim wieku znów zaczyna chodzić na randki.
- serial kom. (16 odc.), USA 2025

9.00
FILM **Noe: Wybrany przez Boga** – dramat przygodowy, USA 2014, 135 min

11.15
FILM **Zabawy z piłką** – komedia, USA/ Niemcy 2004, 90 min

12.45
FILM **Jane Austen zrujnowała mi życie** – komedia romant., Francja 2024, 95 min

14.20
FILM **Green Book** – dramat obyczajowy, USA 2018, 125 min

16.25
FILM **Bird** – dram. obycz., Wielka Brytania/USA/ Francja 2024, 115 min

18.20
FILM **Nocna suka** – komediodramat, USA 2024, reż. Marielle Heller, 100 min

20.00 **The Pitt 2** (2) – obycz.

KOSTIUMOWY



20.50 **Ta inna siostra**
Bennet (6) – Wlk. Bryt.
Spotkanie Mary z rodziną
w Pemberley przerywa wizyta
pana Rydera. Kobieta próbuje
odgadnąć intencje gościa.

21.20 **Życie, Larry i pogoń**
za nieszczęśliwym (5)
Czwarta ściana
FILM – dram. obycz., Fr./
Bel. 2024, 115 min

23.45 **Prawdziwy ból**
FILM – komediodramat, USA
2024, 90 min

1.15 **Nóż w nocnej ciszy**
FILM – horror kom., USA/
Wlk. Bryt./Kan.
2023, 85 min

 HBO 2 HD

12.25 Kolejna zwyczajna przysługa – czarna kom., USA 2025, 115 min
FILM

14.20 Jasełka wszecze czasów – komedia przygodowa, Kanada 2024, 95 min
FILM

15.55 Teściowie 3 – komedia, Polska 2025, 90 min

17.25 Spider-Man 2 – film przygodowy, 2004, 125 min
FILM

19.30 I.S.S. – thriller s.f., USA 2023, 95 min

21.05 Koszmar minionego lata – horror, USA 1997, rez. Jim Gillespie, 100 min

22.45 Tokyo Vice (3) – krym.

23.40 Panna młoda! – horror, USA 2026, 125 min
FILM

14.50 **FILM** **Harry Potter i Czarna**
Ognia – film przyz., USA/
Wlk. Bryt. 2005, 155 min

17.25 **FILM** **Co będzie dalej?**
– komediodramat, USA
2022, 105 min

19.10 **Bialy Łotos 2 (2)** – kom.

20.10 **Stamstad 4** – serial grozy

21.00 **The Pitt 2 (2)** – obycz., USA

21.45 **Ta inna siostra Bennet**
(6) – kostium., Wlk. Bryt.

22.20 **Życie, Larry i pogoń za**
nieszczęściem (5) – kom.

22.50 **FILM** **Nie!** – thriller, Japonia/
Kanada/USA 2022, 130 min

1.00 **FILM** **Oszukak przeznaczenie**
Więzy krwi – horror, USA/
Kanada 2025, 110 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM	COMEDY CENTRAL	TVN FABUŁA	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA
6.05 Górale (27-29) – dok. 7.25 Doktor Martin (48) – serial obyczajowy 8.30 Przyjaciółki (159, 160) – obycz., Pol. 10.25 Świat według Kiepskich (16, 17, 107, 108, 196, 35) – serial kom., Polska 13.40 Gra dla dwojga – komedia szpiegowska, USA/ Niemcy 2009, 160 min 16.20 Królowna Śnieżka i Łowca – baśń filmowa, USA 2012, reż. Rupert Sanders, 150 min 18.50 Salon piękności – komedia, USA 2005, reż. Bille Woodruff, 130 min	6.00 Tata ma plan 4 (7, 8) – serial komediowy, USA 2020 7.00 Dwóch i pół 7 (20-22) – serial komediowy, USA 2009-2010 8.25 Dwóch i pół 8 (1) – serial komediowy, USA 2010 8.55 Przyjaciele (1-6) – serial komediowy, USA 1994-1996 11.55 Teoria wielkiego podrywu 10 (11-16) – serial komediowy, USA 2016-2017 14.30 Dwóch i pół 8 (2-5) – serial komediowy, USA 2010 16.30 Przyjaciele (7-12) – serial komediowy, USA 1994-1996	5.05 Szkoła (800) – serial paradokum. 6.00 Top 100: filmy wszech czasów (6) 6.30 Seriale Top 5 (6) 6.45 Zakochani po uszy (117, 118) – telen., Pol. 7.45 Detektywi (133-136) – serial fab.-dokum. 9.50 Prawo Agaty 4 (13) 10.55 Lekarze (7) – obycz. 11.55 Zapakuj do moich drzwi (20, 21) – telen. 13.55 Prawo Agaty 4 (12) 14.55 Detektywi – fab.-dok. 16.00 Na Wspólnej (13, 14) – serial obycz., Polska 17.05 Motywy filmowe (4) 17.35 Liga SPRAWIEDLIWOŚCI – przyg., USA/Kan./Wlk. Bryt. 2017, 145 min	6.10 Falszerstwo (4) – serial kryminalny, Fr. 6.55 Zagadki Hailey Dean: Zbrodnia w afekcie – film kryminalny, USA 2016, 110 min 8.45 Morderstwo w Rochefort – krym., Francja 2021, 120 min 10.45 Mentalista 3 (15-18) – serial kryminalny 14.25 Zagadki Hailey Dean: Nawiedzony dom – film kryminalny, USA 2017, 110 min 16.15 Morderstwa w górach Vercors – film kryminalny, Francja 2019, 125 min 18.20 Mentalista 3 (19-22) – serial kryminalny	6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.15 Podróż kapitana Klipera (13, 1) – anim. 7.40 Bolek i Lolek (9, 10) – serial animowany 8.00 Podróż za jeden uśmiech (7) – przyg. 8.45 Ranking naj polskiego kina (3) 9.20 To nie ze mną 2 (8, 9) – serial obyczajowy 10.35 Wracając do Marka – film dokum., 2002 11.45 Tama – etiuda film. 12.30 Znachor – dramat obycz., 1981, 160 min 15.10 Tam i z powrotem – film obyczajowy, 2001, 150 min 17.40 Cztery pancerni i pies (1, 2) – wojenny	6.00 Kabaretowe hity (1) – program rozrywkowy 6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Pol. 7.50 Robert Makłowicz (205, 194) – mag. kulin. 9.45 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (7) – serial krym., Australia 10.55 Górski lekarz (11, 12) – serial obycz., Niemcy 12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (8) – serial krym., Australia 14.00 Zajazd. Będzie się działo (7, 8) – obycz. 16.00 Katastrofy w przestworzach (9, 3, 10) – dok., Kan. 19.00 Aukcja w ciemno 2 (21, 22) – serial dokum.
KOMEDIA	KOMEDIOWY	SENSACYJNY	KRYMINALNY	DRAMAT OBZAJOWY	SENSACYJNY
21.00 Kobiety bez wstydu – Polska 2016, 145 min Psychoterapeuta Piotr nawiązuje romans ze swoją podopieczną, Alicją, żoną gangstera. Niebawem mafioso ginie. Podejrzany o zbrodnię przynosi Piotrowi popularność. 23.25 It Ends with Us – dramat obyczajowy, USA 2024, reż. Justin Baldoni, wyk. Blake Lively, 155 min 2.00 Fala zbrodni (87-89) – serial sens., Pol. 2007 5.00 Na ratunek 112 (881, 882) – serial paradokum., Pol. 2024	19.30 Teoria wielkiego podrywu 10 (17-22) Wszyscy szykują się do ponownego otwarcia sklepu z komiksami Stuarta. Penny uczy Sheldona odpuszczania. Niebawem Howard dostaje szokującą wiadomość. 22.00 The Office PL 3 (5, 6) 23.05 Comedy Club 9 (5, 6) 0.05 Miasteczko South Park 4 (4, 5) 1.00 Pracoholicy 5 (6, 7) 2.00 Śmieszniej nie będzie 2 (15, 16) 3.00 Miasteczko South Park 4 (1-3) 4.30 Comedy Club (2-4)	20.00 Piekielna głębia – USA 1999, 140 min Dr McCallister prowadzi badania nad inteligencją rekinów. Przeciwnikiem jej kontrowersyjnych eksperymentów jest Blake. Wkrótce dochodzi do tragedii. 22.20 Furia – dramat wojenny, USA/Chiny/Wielka Brytania 2014, 155 min 0.55 Siedem – thriller, USA 1995, 155 min 3.30 Top 100: filmy wszech czasów (10) 4.05 Ukryta prawda (1382) – paradok., Pol.	22.00 Flashback (6) – Francja 2024 Zbliża się dzień, w którym zginąć ma Josselin. Elsa bada sprawę śmierci ucznia liceum i dowiaduje się, że jej brat Hugo współpracuje z przyszłym zbrojnicą jej ojca. 23.10 Kobra – oddział specjalny (2) – sens. 1.10 Morderstwa w górach Vercors – film kryminalny, Francja 2019, 125 min 3.15 Zagadki Hailey Dean: Nawiedzony dom – film kryminalny, USA 2017, 110 min	20.00 Cicha noc – 2017, 125 min Adam pracuje w Holandii. Wracając na polską prowincję, aby spędzić Boże Narodzenie ze swoją rodziną. Wydarzenia wigilijnej nocy zaważą na losach jego bliskich. 22.05 Ajlawju – komedia, 1999, reż. Marek Koterski, 110 min 23.55 Zgorszenie publiczne – komedia romantyczna, 2009, 120 min 1.55 Skazany na bluesa – dramat biograficzny, 2005, 145 min	20.00 13 godzin: Tajna misja w Benghazii – USA/Malta/Maroko 2016, 180 min Rok 2012. Grupa islamistów atakuje konsulat USA w Libii. Przez kilkanaście godzin sześcioro ochroniarzy, m.in. Jack, toczy walkę z terrorystami, aby ocalić dyplomatów. 23.00 Psy – dramat sensacyjny, Polska 1992, 150 min 1.30 Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz – komedia, Polska 1978, reż. Stanisław Bareja, 135 min
CINEMAX	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE	ROMANCE TV
11.40 Trucizna – dramat obyczajowy, 2024, 95 min 13.15 Tymczasem na Ziemi – film s.f., 2024, 90 min 14.45 Mleko – dramat obycz., Holandia 2023, 100 min 16.25 Miłość Andrei – komedia, Hiszpania 2023, 100 min 18.05 Ella i John – kom. przyg., Wł./Francja 2017, 115 min 20.00 Incepcja – thriller s.f., USA/Wlk. Bryt. 2010, 145 min 22.25 Najczarniejsza godzina – horror s.f., 2011, 95 min 0.00 Zjawia – dramat biograficzny, 2015, 155 min 2.35 Obiecales mi morze – film obycz., 2023, 90 min	13.25 Święty (11, 12) – kom., Pol. 14.25 Spadkobiercy (7) – rozr. 15.25 Co ludzie powiedzą? 2 (2) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.05 Jedną nogą w grobie 5 (4) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.55 Czarna Żmija 2 (4) – kom. 17.35 Bob kocha Abisholę (5-7) 19.00 Dwóch i pół 7 (20-22) 20.30 Dwóch i pół 8 (1) – kom. 21.00 Świat według Kiepskich (7-9) – serial kom., Pol. 2011 22.30 Co ludzie powiedzą? 2 (3) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogą w grobie 5 (5) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.50 Czarna Żmija 2 (5) – kom. 0.30 Comedy Club 4 (7) – rozr.	10.00 Medium 2 (5, 6) – krym. 11.50 Zagubiona tożsamość 4 (3, 4) – serial s.f., USA 2014 13.40 Podziemi wstrząs – film katastroficzny, Wielka Brytania/USA 2024, 110 min 15.30 Medium 2 (7, 8) – krym. 17.20 Zagubiona tożsamość 4 (5, 6) – serial s.f., USA 2014 19.10 Arktyczny Armagedon – film katastroficzny, USA 2023, 110 min 21.00 Chappie – film s.f., USA/Meksyk 2015, 150 min 23.30 Wyspa fantazji – horror, USA 2020, 130 min 1.40 Świat trzusa – horror s.f., USA 2018, 105 min	9.00 Skymed (1) – obycz., Kan. 10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (16, 17) – krym. 11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12) 13.45 Agenci NCIS 10 (22, 23) 15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (18, 19) – krym. 17.25 Z archiwum X (9, 10) – s.f. 19.15 Agenci NCIS: Sydney (1) 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14) – serial krym., USA/Kanada 22.00 9-1-1: Nashville (3) 22.55 Z archiwum X (10) – s.f. 23.55 Terminal – komedia romant., USA 2004, 150 min 2.25 Agenci NCIS 10 (23)	9.20 Panna Scarlet i komisarz 2 (3) – krym. 10.20 Panna Marple: Tajemnica Błogosławienia – film krym., Wielka Brytania/USA 2010, 120 min 12.20 Hudson i Rex 4 (7, 8) 14.35 Poirot 2 – serial krym. 16.45 Strażnik Teksa 2 (14, 15) – serial sensacyjny 18.55 Poirot (3) – serial krym. 20.00 Efekt motyla – thriller, USA 2004, 150 min 22.30 Sąsiedzi 2 – komedia, USA/Chiny 2016, 120 min 0.30 Spacer w ciemności – melodramat, USA/Meksyk 1995, 135 min	12.25 Stąsek marzeń – Bora-Bora – film obyczajowy, 2011, 115 min 14.20 Dwoje wśród milionów – komedia, Niemcy 2023, 115 min 16.15 Tajemnica walenii (2) – dramat przygodowy, Niemcy 2010, 105 min 18.00 Górski lekarz (172, 173) 20.00 Rosamunde Pilcher Kiedy cię odnajdę – film obyczajowy, Niemcy 2023, reż. Marc Prill, 115 min 21.55 Kätche i ja: Córeczka tatusia – dramat obycz., Niemcy 2020, 115 min 23.50 Górski lekarz (172, 173)
CINEMAX 2	VIAPIC EPIC DRAMA	NOVELAS+	FX COMEDY	FILMBOX+ FILMSBOX+ HITS	PARAMOUNT NETWORK
12.50 Vitruvial – komedia, Belgia 2025, 115 min 14.45 Dosięgnąć kosmosu – film obycz., 1999, 105 min 16.30 Ricky Bobby – Demon prędkości – komedia obyczajowa, 2006, 110 min 18.20 Erin Brockovich – dramat obyczajowy, 2000, 130 min 20.30 Django – western, USA 2012, reż. Quentin Tarantino, wyk. Jamie Foxx, Christoph Waltz, 165 min 23.15 Grindhouse: Planet Terror – horror, USA 2007, 105 min 1.00 Wrześniowe dzieci – dram. sens., 2024, 95 min	9.45 Wszystkie stworzenia duże i małe 3 (3) – obycz. 10.45 Lekarze na start (9, 10) 12.10 Zatrącenie w miłości (47) 13.10 Marlow: klub zbrodni 2 (3) – krym., Wlk. Bryt./USA 14.10 Agenci NCIS 17 (6) 15.00 Panna Marple: Zatrute pióro – film kryminalny, USA 2006, 130 min 17.10 Poirot 12 (2) – serial krym. 19.00 Agenci NCIS 17 (7) 19.55 Poirot 3 (9) – serial krym. 21.00 Hiszpańska księżniczka (4) – serial kostiumowy, USA 2021, 140 min 22.15 Domina (4) – serial hist. 23.25 Poirot 3 (9) – serial krym. 0.35 Agenci NCIS 17 (7)	10.00 Opowieść o wyspie (6) 11.00 Otchłani namiętności (129) – telen., Meksyk 2012 12.00 Za wszelką cenę (99) 13.00 Róże i grzechy (28) 14.00 Historia Juany (56, 57) 16.00 Róże i grzechy (29) 17.00 Za wszelką cenę (100) 18.00 Otchłani namiętności (130) – telen., Meksyk 2012 19.00 Macocho (39) – telenowela 20.00 Opowieść o wyspie (7) 21.00 Historia Juany (57) 22.00 Róże i grzechy (29) 23.00 Za wszelką cenę (100) 0.00 Otchłani namiętności (130) – telen., Meksyk 2012 1.00 Macocho (39) – telenowela	9.25 Diabli nadali (10-13) 11.15 Jim wie lepiej (7, 8) 12.15 Sposób użycia – kom. 13.30 Wszyscy kochają Raymonda 8 (15-19) 16.00 Simpsonowie 32 (3-6) 18.00 Jak poznałem waszą matkę 4 (15-17) – kom. 19.30 Współczesna rodzina 9 (14-16) – serial komediowy 21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (3, 1) 22.00 Epoka lodowcowa 3: Ema dinozaurów – film animowany, 2009, 120 min 0.00 Simpsonowie 31 (21, 22) 1.00 Family Guy: Głowa rodziny 19 (16-19)	14.50 Weekend z królem – dramat biograf., Wielka Brytania 2012, 105 min 16.35 Joga dla dwojga – obycz., USA/Kanada 2019, 100 min 18.15 Zaginiona – thriller, USA 2012, reż. Heitor Dhalia, 105 min 20.00 Ostre słówka – komediodramat, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2005, 130 min 22.10 Milczący las – dramat kryminalny, 2022, 110 min 0.00 To nasza młodość – kom. obycz., 2014, 110 min 1.50 Czworo do pary – dramat obyczajowy, 2014, 105 min	9.25 Policjnia grupa pościgowa 17 (7) – dok. 10.20 Pingwiny z Madagaskaru 2 (7) 10.50 Dzień Dobry TV – kom. 12.00 10.10 , 130 min 13.00 Czarodziejki 4 (17, 18) 14.55 Słodkie zmartwienia – komedia romantyczna, USA 1995, 120 min 16.55 Transformers – film s.f., USA 2007, 185 min 20.00 Transformers: Zemsta Upadłych – film s.f., USA 2009, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, 185 min 23.05 Cloverfield Lane 10 – thriller, USA 2016, 120 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT	ELEVEN SPORTS 1 HD	DISCOVERY CHANNEL HD
11.30 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 1. dzień 13.30 Kolarstwo: Tour de France – 21. etap 14.30 Kolarstwo: Tour de France – 1. etap 16.15 Kolarstwo kobiet: Tour de France 16.45 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne – 3. etap 17.15 Biegi górskie: GT World Series – Quebec – podsumowanie 17.45 Formuła E: ePrix Japonii – podsumowanie 18.45 Szermierka: MŚ – Hongkong 2026 – 4. dzień	6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 9.00 Formuła 1: Grand Prix Węgier 10.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz finałowy 12.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 15.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 17.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej	6.00 Ekstraklasa – magazyn piłkarski 7.10 Ekstraklasa po godzinach – magazyn piłkarski 8.25 1 na 1 Extra – magazyn sportowy 9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Oviedo – FC Barcelona 11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 13.40 Ekstraklasa po godzinach – magazyn piłkarski 14.45 1 na 1 Extra – magazyn sportowy 15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Oviedo – FC Barcelona	5.35 Sportowy wieczór – program inform. 6.05 Retro TVP Sport (121) – mag. sportowy 8.20 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/16 finału: Argentyna – Republika Zielonego Przylądka 10.35 Magazyn 2. ligi piłkarskiej (67) 11.15 Betclit 1. liga 12.35 Piłka nożna: Betclit 1. Liga – mecz: Miedź Legnica – Podbeskidzie 14.25 Betclit 1. liga 15.10 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew – Motor Lublin 17.10 GOL – mag. piłkarski 18.40 Sportowe historie	6.00 Najlepsi napastnicy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski 6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski 7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – 1. FC Köln 9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Torino FC – Inter Mediolan 11.00 Formuła 3: Grand Prix Węgier 12.30 Formuła 2: Grand Prix Węgier 14.00 Formuła 1: Grand Prix Węgier 16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Cagliari Calcio	8.00 Poszukiwacze kamieni – szlachetnych (10) 9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 8 10.00 Stacja Alaski – dok. 11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok. 12.00 Celnicy na straży Turcji (7) – serial dok. 13.15 Nagi instynkt przetrwania: Brazylia – serial dok. 14.30 Strażacy (1) – dok. 15.00 Złomowisko PL 7 (6) 16.00 Bimbrownicy 14 17.00 Przemysłnicy: na lotnisku – dok. 18.00 Lotnisko (6) – dok. 19.00 Nagi instynkt przetrwania – dok. 21.00 Rolnicy w akcji (4)
LEKKOATLETYKA	TENIS	MAGAZYN PIŁKARSKI	LEKKOATLETYKA	PIŁKA NOŻNA	DOKUMENTALNY
20.00 Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 2. dzień Gwiazdą konkursu rzutu młotem będzie Kanadyjka Camryn Rogers – mistrzyni olimpijska z Paryża. 22.45 Szermierka: MŚ – Hongkong 2026 – 4. dzień 0.30 Kolarstwo: Tour de l'Ain – 1. etap 1.30 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 2. dzień 3.00 Kolarstwo: Tour de l'Ain – 1. etap	19.00 Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy Frances Tiafoe regularnie bierze udział w waszyngtońskim turnieju. W ubiegłorocznych zmaganiach przegrał w ćwierćfinale z rodakiem Benem Sheltonem. 21.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej 23.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej 1.00 Boks	18.00 Liga+ Extra Krzysztof Marciniak i Bartosz Glen podsumowują ostatnią kolejkę Ekstraklasy. W magazynie nie zabraknie bramek i rozmów z gośćmi. 20.00 Liderzy. W centrum gry (5) – dok., Polska 21.00 Wysoki Pressing – magazyn sportowy 22.45 Boks: BKFC Fight Night: Urugwaj: Gaston Reyno – Josh Krejci 0.00 Sporty walki: ONE Friday Fights 163 1.15 Historie mistrzów (1): Leeds United – mag.	19.05 Mistrzostwa Polski – Białystok 2026 – podsumowanie Najważniejsze wydarzenia z zakończonego w minioną niedzielę 102. krajowego czempionatu. 21.05 Retro TVP Sport (176) – mag. sportowy 23.00 Sportowy wieczór 23.30 Żużel: Polska – Australia 1.35 Boks: Gala w Bournemouth – podsumowanie 3.35 Koszykówka mężczyzn: NBA: New York Knicks – Spurs	18.00 Liga niemiecka: VfL Wolfsburg – Bayern Broniące się przed spadkiem Wilki podejmują świeżo upieczonoego mistrza Niemiec. 20.00 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – film dokumentalny 20.40 Formuła 1: GP Węgier 22.40 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. 23.20 Ligue 1 Season Review (36) – mag. 0.25 Bundesliga Special 1.05 Bundesliga Original Series	22.00 W oku cyklonu: łowcy burz: – USA 2026 Niezwykły huragan na północy ściga łowców burz z Kanady. Freddy, Tanner i Connor przemierzają Nebraska, ścigając się z czasem, by dopaść „tornado roku”. 23.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 22 – dok. 0.00 Policjanci z Kent – serial dokum. 1.00 Hotrod wg Kindiga 7 – serial dok. 2.00 Mistrzowie logistyki (14) – dok.
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
11.00 Szermierka: Mistrzostwa świata – Hongkong 2026 – 4. dzień 15.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – 2. dzień 17.00 Triathlon: T100 World Tour 18.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 1. dzień 20.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – 2. dzień 22.00 Kolarstwo: Tour de l'Ain – 1. etap 23.30 Kolarstwo: Tour de France – 21. etap: Thoiry – Paryż 0.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 2. dzień	6.00 Tenis: Turniej ATP w Estoril 8.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 10.00 Tenis: Turniej ATP w Kitzbühel 12.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 15.00 Tenis: Turniej ATP w Estoril 17.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 20.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie 22.30 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej 1.00 Sporty walki: Gala FEN	8.15 Tenis: Turniej WTA w Pradze – mecz finałowy gry pojedynczej 11.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda 13.30 8 wspaniałych (1) – dok. 14.30 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda 17.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda 19.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda 21.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda 23.15 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda 1.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa	9.00 Liquid Edge (9) 10.00 AMA Motocross Series Highlights 2017 (11) 11.00 X Games – Norway (2) 12.00 Drift Style (4, 5) – mag. 13.00 Action Sports World (26) 14.00 WWE Classic Gold 16.30 WWE Highlights (51) 17.00 KPW Kombit TV (7, 28) 19.00 WWE Classic Gold (11) 20.00 AEW Collision 2 (2630) 22.00 PTW Wrestling (5) 0.30 New Japan Wrestling – Highlights (31, 30) 2.00 AMA Motocross Series Highlights 2017 (11) 3.00 Liquid Edge (9) 4.00 Drift Style (4, 5) – mag.	14.00 Piłka nożna: Liga włoska: SS Lazio – Inter 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – 1. FC Heidenheim 18.00 Formuła 1: GP Węgier 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Torino FC – Inter 22.00 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – dok. 22.40 Serie A – mag. piłkarski 23.45 Made in Italy (20) – mag. 0.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: AVS Futebol SAD – FC Porto 2.00 Bundesliga Dino – dok.	8.15 Szpital (531, 532) 10.15 Nowa Majka w ogrodzie 11.15 Idealna niania 4 (7, 8) 12.45 Klinika naturalnego piękna (6-9) – reality show 14.45 Szpital (530, 531) 16.45 Idealna niania 4 (6-9) 19.45 Zrob coś z tym dzieckiem (4) – mag. 20.15 Wyścigowców (9) 21.15 Moje koszmarnie stopy 22.15 Historie wielkiej wagi 0.15 Sekrety lekarzy (11) 1.15 Szpital (371) – paradok. 2.15 Eks-tra zmiana (6) – rozr. 3.00 Szpital (372) – paradok. 3.45 Eks-tra zmiana (5, 6) 5.15 Klinika urody (9) – mag.
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 5 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
13.45 K.O. TV Classics (20) 14.55 UFC Connected (1) – mag. 15.05 Sporty walki: UFC Fight Night: Sean Strickland – Anthony Hernandez 17.10 Z archiwum ESPN – mag. 17.50 Boks: Rocky Boxing Night w Kościelcu – waga ciężka: K. Meyna – A. Wright 20.00 Strzelnica Navala (5, 6) 21.10 Sporty walki: UFC Freedom 250 – walka: Ilia Topuria – Justin Gaethje 23.55 Boks: Babylon Boxing Show w Chojnicach – waga półciężka: Paweł Stepień – Sierżod Chusanow 2.35 Atleci – magazyn sportowy	11.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie 13.00 Tenis: Turniej ATP w Estoril – finał gry pojedynczej 15.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 17.00 Tenis: Turniej ATP w Kitzbühel – mecz finałowy gry pojedynczej 19.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 21.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 1.00 Sporty walki: Babylon MMA	8.30 Liga+ Extra – mag. 10.40 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 13.00 Żużel: Metalaks 12. Ekstraliga: Abramczyk Polonia Bydgoszcz – Arged 15.45 Ekstraklasa po godzinach – mag. piłkarski 16.55 Ekstraklasa – mag. 18.00 1 na 1 Extra – mag. 19.15 Żużel – 1. runda w Toruniu 22.45 Liderzy. W centrum gry (5) – serial dok., Polska 2026 23.40 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 2.10 Sporty walki: ONE Friday Fights 163 3.15 Premier League Stories	12.45 Bundesliga Clubs – mag. 13.00 Made in Italy (11-14) 14.00 Goal Arena Bundesligi 16.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex – Ligue 1 18.00 Serie A – mag. piłkarski 18.55 Ligue 1 Season Review 19.50 Osmane Dembélé – Pierwsze kroki – dok. 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Rio Ave FC – Sporting CP 22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Bologna 0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Köln	12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Hellas – Milan 14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lens – Nantes 16.00 Ligue 1 Show (36) – mag. 17.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski 17.35 Udinese – Najbardziej polski klub we Włoszech – reportaż, Pol. 18.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: AC Milan – Atalanta 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – 1. FC Heidenheim 22.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex	11.55 W sercu dżungli. Orangutany z bliska (1, 2) – film dok., Niem. 2025 13.55 Wschodnia Kanada – mroźna kraina – dok. 14.45 Katastrofy z góry (6-10) 19.45 Skandynawia. Nowa zimna wojna – film dok. 20.50 II wojna światowa. Z perspektywy globalnej – dok., Wlk. Bryt. 21.50 Groźne walki. Alarm dla świata – film dok., Fr. 22.50 Zapomniany świętynie Tybetu: Królestwo Mustangu – film dokum. 23.50 Prawdziwa historia Tamary Lempićkiej – dok.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV D3 T2	HISTORIA D3 T2	HISTORY HD
6.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada 8.00 Gwiezdne bitwy – serial dokumentalny 11.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – program rozrywkowy 12.00 Inżynieria ekstremalna – serial dokumentalny, USA 13.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny 15.00 Jak działa wszechświat? 6 – serial dokumentalny, USA 2018 18.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada	6.00 Morderstwo na prowincji 6 – serial dokumentalny 8.00 Morderstwo na bagnach 3 – serial dokumentalny, USA 10.00 Morderstwo w tropikach – serial dok., Wielka Brytania 12.00 Krótkie życie, niewyjaśnione – serial dok. 14.00 Demony Hollywood – serial dok. 16.00 Żyjąc z potworem – serial dokumentalny 18.00 Nazywali go Mostly Harmless – film dok., USA 2024 20.00 Prawdziwy koszmar z ulicy Wiązów – serial dok.	8.00 Car S.O.S. (2) – dok. 9.00 Katastrofy pod lupą (7) – serial dok., USA 10.00 Porzucone konstrukcje (4) 11.00 Plemienna szkoła przetrwania (1) 12.00 Katastrofa w przestworzach (7-9) – serial dok., Kan. 16.00 Złapać przemytnika (1) – serial dok., USA 17.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic (8) – dok. 18.00 Tajemnice wojennych wraków (5) – dok., Wlk. Bryt. 19.00 Historia Związku Radzieckiego (3) 20.00 Katastrofa w przestworzach (3) – dok., Kan. 2025	6.00 Wehikuł czasu (728) – program inform. 6.05 48h. Zaginięni (76) – serial krym., Polska 7.00 Była sobie Ziemia (5-8) – serial anim., Fr. 8.55 Wehikuł czasu (728) – program inform. 9.00 Starożytni kosmici (16) – serial dok., USA 10.00 Gwiazdy lombardu (19, 20) – reality show 12.00 W kręgu zła: Ludzie Hitlera (7) – serial dok. 13.00 Poszukiwacze historii (7, 8) – dok. 14.00 Łowcy nazistów (1, 2) – dok., Wlk. Bryt. 16.00 Dorwać tuńczyka (7, 8) – serial dok., USA 18.00 Rolnicy. Podlasie (42, 43) – serial dok.	6.40 Był taki dzień 6.50 Polskie parki narodowe – dok., Pol. 8.30 Tajemnica Enigmy (2) – serial hist., Polska 9.20 Franek Dolas powraca – reportaż 9.35 O Polskę trzeba walczyć – film dokum., Polska 1994 10.35 Plaże Europy (4): Sardynia – cykl dokum. 11.30 Góry Europy (4): Hunsrück – cykl dok. 12.35 Putin i Zachód (1) – serial dok. 13.40 Królowie (67) – hist. 14.15 Cztery pancerni i pies (10) – wojenny 15.20 Sensacje XX wieku 18.00 Tajemnica Enigmy (3) – serial hist., Polska	13.05 Starożytni kosmici 16 (20) – dok. 14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 7 (8) – serial dok., USA 14.50 Największe tajemnice świata 5 (10) – serial dok., USA 15.45 Gwiazdy lombardu 13 (22) 16.15 Gwiazdy lombardu 25 (12) – reality show 17.10 Tajne kryjówki dyktatorów (1) – dok. 18.10 Największe tajemnice świata 6 (19) – serial dok., USA 19.05 Starożytni kosmici 17 (13) – dok. 20.00 Starożytni kosmici 16 (19) – dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	POPULARNONAUKOWY	DOKUMENT	DOKUMENTALNY
21.00 Pogromca mitów w akcji – USA 2019 Adam Savage i jego kompani zamierzają zbudować trzy pojazdy inspirowane tematyką postapokaliptyczną. Wykorzystają do tego materiały znalezione na złomowisku. 23.00 W sieci eksperymentów – serial dokumentalny, USA/Wielka Brytania 1.00 Jak działa wszechświat? 6 – serial dokumentalny 4.00 Poszukiwacze dinozaurów – serial dokumentalny, USA	21.00 Tajemnice jeziora Erie 2 – USA W 1983 roku policja z Ohio odnajduje zwłoki pielęgniarki, która spędziła noc poza domem wraz ze swoją przyjaciółką. Śledztwo odsłania przerażającą prawdę. 22.00 Morderstwo na bagnach – serial dokumentalny, USA 23.00 Zabójczy blond 2 – serial dokumentalny 0.00 Influencerzy śmierci: jak zabijają social media 2 – dok. 1.00 Tajemnice jeziora Erie 2 – serial dok.	21.00 Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary (5, 2) Archeolodzy przyglądają się dziejom starożytnego miasta Babilon, by zrozumieć, dlaczego na kartach Biblii urosł do rangi symbolu grzechu, pychy i potęgi. 23.00 Tajemnice podwodnych wraków (1) – dok. 0.00 Katastrofa w przestworzach (6) 1.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (9, 10) – serial dok.	20.00 Galileo 28 (4) W programie pojawia się propozycja dań z ziemniaków z różnych krajów. Widzowie obejrzą reportaż o nastolatku, który uwielbia sprzątać. Ze swojej pasji uczynił biznes. 21.00 Skanowanie historii (5) – serial dokum. 22.00 Tajne bazy nazistów (3, 4) – serial dokumentalny 0.00 Starożytni kosmici (4) – serial dok., USA 1.00 Rolnicy. Podlasie (3-6) – serial dok. 5.00 Kolowrotek (12, 1) – magazyn wędkarski	18.50 Obłoki śmierci. Bolimów 1915 W bitwie starły się armie niemiecka i rosyjska. To tutaj zaczęła się historia nowoczesnej wojskowości w jej najgorszym sensie. Przywódcy II Rzeszy zdecydowali o użyciu w walce broni chemicznej. 20.05 Oficerowie (6) – sens. 21.00 Starożytny Egipt – kroniki imperium (4) – serial dok. 22.00 Nieznana wojna na Północy (4) – dok. 23.10 Sensacje XX wieku 1.10 Encyklopedia II wojny światowej	21.00 Tom Hanks: II wojna światowa (1, 2) W 1939 roku tajny pakt zawarty między Hitlerem a Stalinem otwiera Niemcom drogę do ataku na Polskę. Wkrótce rusza inwazja, prowadzona w nowatorskim stylu. 23.00 II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty (6) – dok. 23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (6) – serial dok., USA 0.50 Starożytni kosmici 16 (19) – dok. 1.50 Tajne kryjówki dyktatorów (1)
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
9.00 Kwatery Hitlera (6) – dok. 10.00 Sekrety i skarby III Rzeszy (1, 2) – dok. 11.00 Militaria na warsztat 12.00 Królestwo dinozaurów 14.00 Łowcy staroci: Renowacja (2, 3) – dok. 16.00 Walka o bagaż (13) – dok. 18.00 Łowcy staroci (3, 4) – dok. 20.00 Zoom na architekturę 22.00 Hazardziści – serial dok. 23.00 Kwatery Hitlera (9) – dok. 0.00 Miasta, w których straszy – serial dok., USA 2.00 Było, nie było (5) – dok. 3.00 Mikroprzysługa (1) – dok. 4.00 Profesjonaliści – cykl dok. 5.00 Łowcy staroci (14) – dok.	13.45 Patagonia. Życie na krańcu świata (2) 14.45 Średniowieczne serce Czech i Moraw (3, 4) 15.50 Niezwykłe podróże koleją 11 (1) – serial dok. 16.55 Świat z góry 7 (10, 11) 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 18.40 Zaginiony lot MH370 (3) 19.40 Oceń tego sprzedawcę. Terror pięciu gwiazdek – film dok., Francja 2024 20.50 Pod ciśnieniem. Śledztwo w sprawie Ryanaira – film dokum., Fr. 22.00 Pułapki ludzkiego mózgu (1) – film dok., Fr. 23.10 Krótka historia miłości	8.00 Od małpy do człowieka 9.00 Niezwykły dr Pol 12.00 Zdobycze safari (2) – dok. 13.00 Niezwykłe stworzenia Australii – dok., Wlk. Bryt. 14.00 Zwierzęta zombie (2) 15.00 Dziką konfrontacją (10) 16.00 Afryka dzika (1) – dok. 17.00 Humorzyste zwierzęta 18.00 Parki narodowe Ameryki (2) – serial dok. 19.00 Najgroźniejsze zwierzęta Afryki (1) 20.00 Królestwo drapieżników (1) – dok. 21.00 Niezwykły dr Pol 2.00 Niezwykłe stworzenia Australii – film dok.	11.40 W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem (1) – serial dokum. 12.45 W okowach mrozu 4 (16) 13.40 Zabójcza pogoda 2 (3) 14.50 Rzeczne potwory 7 (1) 15.50 W okowach mrozu 4 (16) 16.50 Wielka Afryka (2) – dok. 17.55 Wielkie rekiny z Australii – dok., Australia 19.00 Rzeczne potwory 7 (1) 20.00 W okowach mrozu 4 (17) 21.00 Cuda Meksyku (2) – dok. 22.05 W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem (2) – serial dokum. 23.15 W okowach mrozu 4 (17) 0.15 Zabójcza pogoda 2 (3)	10.20 Życie na pustkowiu 7 (1) 11.20 Skarby przeszłości i ich tajemnice 7 (4) – dok. 12.20 Malownicze trasy kolejowe 4 (7) – serial dok. 13.15 Wielkie koty 24/7 (4) 14.25 W okowach mrozu 4 16.25 Pociągami przez starożytną Grecję (5) 17.40 Wielkie koty 24/7 (4) 18.45 Malownicze trasy kolejowe 5 (2) – serial dok. 19.45 Sekretne życie ogrodu 20.55 W okowach mrozu 5 22.55 Sekrety długowieczności (2) 0.05 W 80 kilo dookoła świata (4) – dok., Wlk. Bryt.	13.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok. 14.00 Resocjalizacja z Pitt Bullem 4 – serial dok., USA 15.00 Kot z piekła rodem 17.00 Na krańcu Alaski – dok. 18.00 Weterynarz z Gór Skalistych 7 – serial dok. 19.00 Cztery kąt, cztery łapy 20.00 Alaska: Ostatni przystanek – serial dok. 21.00 Klan z Alaski – serial dok. 22.00 Baseny z rozmachem 23.00 Resocjalizacja z Pitt Bullem 4 – serial dok., USA 0.00 Rekin olbrzym – film dok. 1.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
14.55 Przyroda w symbiozie (2) – film dokumentalny, Fr. 15.55 Wieczna młodość w strzykawce – film dok. 17.05 Pociągami dookoła świata (2) – dok., Wlk. Bryt. 18.00 Sanatorium miłości 6 (8) 19.00 Siłaczka – film dok., Pol. 20.05 Dolina szczytów w Południowym Tyrolu 21.05 Kultowe wyspy Oceanu Indyjskiego (2) – film dok. 22.05 Zagadki zbrodni policji miejskiej (2) – serial dok. 23.15 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn 23.25 Peru. Życie na 4000 metrów – film dokum., Fr.	12.00 Wojny kontenerowe 13.05 Poszukiwacze historii 14.00 Europejska mafia samochodowa – film dok. 15.05 Dawni budowniczości. Rzeźbiarze z Wyspy Wielkanocnej – film dok. 16.15 Sekretny świat amizów – dok., Wlk. Bryt. 17.25 Świat z góry (3, 4) – dok. 18.35 Dziką Polską – film dok. 19.45 Nowoczesne maszyny wojenne (1, 2) – serial dok. 22.00 Top Guns – SuperBroń 22.55 Kultowe pociągi – najwspanialsze podróże koleją – film dok. 0.05 Kroniki Hitlera (4) – dok.	13.10 Gruszy z kanadyjskiej głuszy (4) – serial dokum. 14.10 Australijski poszukiwacze złota 7 16.05 Drewno z Kolumbii Brytyjskiej 2 (5) – dok. 17.00 Kowboje z zimnych wód 2 (3) – serial dokum. 18.00 Złoto Jukonu (4) – dok. 18.55 Australijski poszukiwacze złota 8 21.00 Największe budowle 3 22.00 Ciężarówką po lepsze życie (6) – serial dokum. 23.00 Special Ops: Prawda 0.10 Złoto z mroźnej krainy 1.00 Australijski poszukiwacze złota 9	10.00 II wojna światowa: końcówka (3) – serial dok. 11.10 Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora (6) – serial dok. 12.15 Starożytność: zdrady 16.40 II wojna światowa: cena imperium (2) – serial dok. 17.50 II wojna światowa: końcówka (4) – serial dok. 18.55 Kryminologia starożytności (1) – dok. 19.55 Ramzes: władca Egiptu 21.00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (2) – serial dokum. 21.55 Konkwistadorzy: powstanie i upadek (5) 22.55 Przywódcy III Rzeszy (1) 0.05 Starożytność: zdrady	14.10 Morderca z internetu 15.05 Zdobycze wakacje (4) 16.00 Pogrzebani za domem 6 17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2 (1) – dok. 18.00 Nastoletnie polskie zabójczynie (1, 2) – dok. 19.00 Dowody zbrodni 4 (14) 20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (12) – dok. 21.00 Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach (4) – dok. 22.00 Seryjni mordercy: zło z bliska (5) – serial dokum. 23.00 Dzieci, które zabijają 3 23.55 Kobiety, które niosły śmierć (12) – serial dok.	8.05 Człowiek kontra jedzenie (36-39) – mag. 10.10 Andy Bates i uliczne przysmarki Ameryki 12.15 Nowi badacze UFO (2, 3) 14.20 Człowiek kontra jedzenie (6) – mag. kulin. 14.55 Dziwaczne potrawy: smakowite miasta (1-4) 17.00 Patent na podróż (3, 4) 19.00 Nowe życie w starym domu: Włajcie we Włoszech (5, 6) – pr. rozr. 21.00 Nagi instynkt przetrwania (16) – dok. 22.55 Kobieta na krańcu świata (6-8) – serial dok. 0.40 Nowi badacze UFO (2, 3)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
13.05 Ranczo 3 (29) 14.00 Lena na Kaukazie 14.30 Moda na język polski (60) – magazyn 15.00 Serwis Info – pr. inf. 15.10 Polskie dziedzictwo (3) – magazyn hist. 15.40 Dobry żart (8) – rozr. 16.00 Zaraz wracam 2 (115) – serial obycz. 16.30 Barwy szczęścia (3349) – serial obycz. 17.00 Telexpress 17.20 Gra słów. Krzyżówka (1071) 17.50 Telexpress Extra 18.15 Oko na Wschód 18.45 Panorama 19.20 Polacy świata 19.30 Program informacyjny 19.30 19.55 Pytanie dnia – publ.	7.10 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin. 8.15 Familiada – telet. 8.50 Va banque (953) 9.25 Koło fortuny (1988) 10.05 Makłowicz w podróży – mag. 10.45 Postaw na milion 12.35 Familiada – telet. 13.15 Daleko od szosy (2) – serial obycz., Polska 14.40 Rodzinka.pl (208) 15.15 Program rozrywkowy 15.30 Kabaret Letnią Porą (13, 14) – pr. rozrywk. 17.25 Va banque – telet. 18.00 Koło fortuny (1989) 18.35 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin. 19.40 Makłowicz w podróży – mag.	6.00 Przyjaciółki (95, 96) – serial obycz., Polska 8.00 Co ludzie powiedzą? 3 (23) – serial kom., Wlk. Bryt. 8.35 Co ludzie powiedzą (24) – kom., Wlk. Bryt. 9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (67, 68) – reality show 12.30 Bogaty dom – biedny dom (109, 110) – reality show, Polska 14.30 10 lat młodsza w 10 dni (1, 2) – pr. rozrywk. 16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (62) – reality show 18.00 Nasz nowy dom (252, 253) – reality show, Polska	6.00 Strażnik Teksasu (11, 12) – serial sens. 7.55 Bogaty dom – biedny dom (99) 8.55 Policjanci i Policjanci (534, 535) 10.55 Na ratunek 112 – Dłaczego ja? (1132, 1133) – paradok. 11.55 Dłaczego ja? (1561, 1562) – paradok. 13.55 Trudne sprawy (794-796) – paradok. 16.55 Policjanci i Policjanci (1411) – serial obycz., Polska 18.00 Łowcy skarbow. Kto da więcej? (529) 19.00 Policjanci i Policjanci (1412) – serial obycz., Polska 20.00 Uroczysko (223, 224) – serial krym., Polska	10.35 Detektywi (51, 52) 12.35 Zakup w ciemno 4 (12) – reality show 13.35 Zakup w ciemno 6 (9) – reality show 14.35 Nic do zgłoszenia 4 (4) – serial dokum., Pol. 15.35 Złomowisko PL 6 (2) 16.45 Express – pr. inform. 16.58 Pogoda, sport 17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (3) 18.05 Zakup w ciemno extra (8) 18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (4) 19.45 Express – pr. inform. 20.05 Zakup w ciemno 6 (10) – reality show 21.05 Zakup w ciemno extra (2) 21.45 Express – pr. inform.	5.15 I nie opuścę Cię aż do ślubu (5) – reality show 5.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina 7 (11) – serial fabularno-dokumentalny, Ukraina 2017 6.50 Pogromcy chaosu (9) – program rozrywkowy 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn 11.20 Ugotowani (5, 6) – program kulinarno-rozrywkowy 13.30 Kuchenne rewolucje (12, 11) – program rozrywkowy 15.35 I nie opuścę Cię aż do ślubu (6, 7) – reality show
FANTASY	TELETURNIJ	ROZRYWKOWY	KRYMINALNY	DOKUMENTALNY	ROZRYWKOWY
20.25 Wiedźmin (9) – Polska 2001-2002 Geralt leczy się w świątyni Melitele, gdzie poznaje Cirilę, która jest wnuczką królowej Calanthe i ostatnim potomkiem starożytnego rodu Starszej Krwi. 21.20 Ojciec Mateusz 2 (28) – krym., Pol. 2009 22.10 Nie będąc – jestem. Krzysztof Kamil Baczyński – film dokum., Polska 2021 22.55 Dobry żart (8) – rozr. 23.15 Panorama 23.45 Lato z Radiem i Telewizją Polską	20.15 Postaw na milion W każdej grze bierze udział dwoje bliskich sobie uczestników. Są drużyna. Dostają milion złotych. Żeby go nie stracić, muszą poprawnie odpowiedzieć na osiem pytań. 21.15 Kabaret Letnią Porą (5) – program rozrywk. 22.15 Rodzinka.pl (64) – serial kom., Pol. 2012 22.50 Tak to leciało! (72) 23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (8) 0.50 Koło fortuny (1989, 2055) – telet. 2.15 Kabaret Letnią Porą (10, 23) – pr. rozrywk.	20.00 Kolacja w ciemno (41) – Polska Bohaterka odcinka otrzymuje menu w pięciu wersjach. Wybiera spośród nich trzy, aby następnie spotkać się z ich autorami. Kolejny etap to kolacja w restauracji. 21.05 Więzienie kobiet (92, 93) – serial dokum. 22.00 Bogaty dom – biedny dom (129) 23.00 Gry małżeńskie (194, 195) 1.00 Kolacja w ciemno (13, 14) – pr. rozrywk. 3.05 Więzienie kobiet (53, 54) – serial dok.	21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (138) Wiktor i Maja jadą do pustostanu, w którym znalezione ciało bezdomnej Krystyny. Sekcja wykazuje uduszenie foliową torbą. Wkrótce pijany napastnik atakuje Serafinę. 22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1021) – serial krym., Polska 23.05 Bez litości: Tajna skrzynka – film sensacyjny, USA/Kanada 2012, 115 min 1.00 Love Island. Wyspa miłości (41)	22.00 Nic do zgłoszenia 6 (11) – Polska 2025 W Medyce Paweł, Kamil i Mateusz kontrolują busa jadącego do Londynu. Znajdują papierosy. Funkcjonariusze z Wrocławia likwidują punkt z automatami do gier. 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (8) 0.00 Fachowcy 2 (14) – serial paradokum. 0.45 Żony Podlasia 3 (9) 1.45 Niebezpieczne dzielnice (8) – dok. 2.25 Nauka jazdy 5 (10) 3.00 Szpital (927) 4.00 Szkoła (809)	17.05 W czym do ślubu? (8) Izabela Janachowska poszukuje wymarzonej kreacji dla Natalii, która wygrała walkę z rakiem. Przyszła panna młoda chciałaby wziąć ślub w bogato zdobionej sukni. 17.40 Kuchenne rewolucje (11, 12) 20.50 Jestem z Polski (2, 7) 22.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9 0.35 Seks – wypadki (13) – serial fab.-dok., USA 1.35 Dorota was urządzi! (8) – program rozrywk.
TVP HD	TVS	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA	TVN TURBO
8.55 Ojciec Mateusz 24 (304, 305) – krym., Pol. 2020 10.45 Gra słów. Krzyżówki 11.20 Na sygnale (692, 693) 12.25 Ojciec Mateusz 8 (97) 13.20 Komisarz Alex 5 (61) 14.15 Ranczo 10 (121, 122) 16.10 Górna półka smaku (3) 16.40 Przystanek słów food 4 17.10 Okrasa lamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 26 (340) 19.20 Ranczo 10 (118) – obycz. 20.10 Rodzinka.pl (204, 205) 21.25 Ojciec Mateusz 32 (420) 22.20 Fisher King – dramat FILM obycz., USA 1991, 145 min 0.45 Syn (9) – serial obyczajowy	15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział – obycz., Niemcy/Austria 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz. 19.50 Rosamunde Pilcher: Lordowie nie kłamią – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2010, 120 min 21.50 Rosamunde Pilcher: Skrzydła miłości – film obycz., Niem. 2010, 105 min FILM 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	8.05 Strażnik Teksasu 9 (21, 22) – serial sensacyjny 9.55 MacGyver 3 (18, 19) 12.05 Niszczycielskie żywioły 13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2 (29, 30) 14.25 Pod pokładem 11 (2) 15.25 Sensacja XX wieku 17.50 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat 20.00 Kobra – oddział specjalny 24 (15, 16) 22.00 Dymno: Więcej niż magia 2 (3) – serial dokum. 23.00 Magia nagości. Polska 0.00 Magia nagości 5 (9) – rozr. 1.05 Magia nagości. Niemcy 2.20 Kabaretowe przeboje 4	10.00 Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11 11.00 Wiza na miłość 12 13.00 Klinika bez tajemnic 15.00 Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 10 16.00 Historie wielkiej wagi 18.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 4 19.00 Megaskry 3 – dok. USA 20.00 Ciało, w którym żyje 21.00 Nie do uwierzenia! 22.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia – reality show 23.00 Klinika koszmarnych stopy – serial dokum., USA 0.00 Dr Przyszczyla – dok. USA 1.00 Ciało, w którym żyje	14.55 U sąsiadów w kuchni 14 (1, 2) – serial dokumentalny 15.55 Jakubiak rozgryza... (10) 16.10 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka 2 (4) 16.35 Jamie Oliver: 5 składników (9, 10) 17.35 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym 18.30 Maximum Foodie 5 (5) 18.55 M jak mięso 3 (2, 3) – dok. 19.50 Nie bój ryby! 2 (5) – mag. 20.15 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia 2 (2) – pr. rozr. 21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6 23.55 Nie bój ryby! 2 (4, 5)	12.15 Jeździć, obserwować (4) 13.00 Mobilni mechanicy 14.30 Zawodowi handlarze 16.00 Wojny samochodowe 18.00 Raport Turbo – mag. inf. 18.15 Zawodowi handlarze 19.00 Moto kontra (8) – mag. 19.45 Duda kontra Szafrański 20.30 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (6) – rozr. 21.15 Z drugiej reki (10) – mag. 22.00 Raport Turbo – mag. inf. 22.15 Jeździć, obserwować 23.45 Naprawy nie do naprawy (6) – mag. 0.30 Usterka 16 (18) – fab.-dok. 1.00 101 gadzettoz motoryzacyjnych (6)
NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO	HGTV
9.30 Całkiem nowe lata miodowe (14) – kom., Pol. 10.00 Miodowe lata (30) – kom. 10.30 Więzienie (157-159) – dok. 12.00 Polnot (2, 3) – serial krym. 14.00 Świat według Kiepskich (381, 382) – kom., Pol. 2012 15.00 Świat według Bundy (214-219) – serial kom., USA 18.00 Całkiem nowe lata miodowe (11) – kom., Pol. 18.30 Miodowe lata (85-88) 21.00 Zdrady (22) – paradok., Pol. 22.00 Ślad (56, 57, 58) – krym. 1.00 Łowca pedofilów 3.00 TV okazje (20, 21) 3.50 Wehikuł czasu (728, 727) 4.00 Sala operacyjna 4 (3, 6)	8.30 Szpital (814, 815) 10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (383, 384) 12.30 SOS Ekipy w akcji (44) 13.30 Brzydula (59, 60) – kom. 14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (29) – obycz. 15.45 The Floor (13, 14) – telet. 17.00 Fani czterech kółek 18 18.00 Magda M. (5) – obycz., Pol. 19.00 Kartoteka 4 (7, 8) – serial fab.-dokum., Polska 2013 21.05 Kryminalni 4 (13, 7) 23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (16) – krym. 0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 7 (12) – dok. 2.10 Szkoła (550, 551)	13.05 Cieżarówka przez śnieg 3 (2) – serial dokum. 14.00 Kłatwa Wypsy Dębów 2 15.00 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 15.55 Australijscy poszukiwawcze złota 5 17.55 7x TV 2 (14, 15) – pr. rozr. 20.00 Alex Hugo – górski detektyw (22) – krym., Fr. 22.10 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 2 (2) – serial kryminalny, Fr. 23.15 Detektywi z Bordeaux 5 (3) – serial krym., Fr./Bel. 0.25 Polska. Największe tajemnice 2 (5-7) – pr. rozr. 3.35 Kryminalny Rawicz (4, 5)	13.00 Makłowicz w podróży 14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (16, 17) 16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (12) 16.55 Pogoda 17.00 Wymarzony ślub Belle – komedia romantyczna, USA 2025, 120 min FILM 19.00 Strażacy z sąsiedztwa 2 (6) – serial dok., Polska 2026 20.00 Policjanci z sąsiedztwa 7 (2, 3) 21.55 Pogoda 22.00 Mistrzowie Kabaretu 4 23.00 1, 2, 3... Kabaret! (8) 0.00 Mistrzowie Kabaretu 13 (7, 2) – program rozrywk.	13.05 Po pierwsze lokalizacja! – Nowa Zelandia (6) 14.05 Wakacyjne domy na wynajem (5) – dok. 15.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (12) – serial dok. 15.55 Kupione i co dalej? 4 16.50 Gardeners' World 14 (21) 18.00 Uczestka na wieś 22 (26) 19.00 Wielkie projekty: Wielka Brytania 22 (4) – dok. 20.00 Daleko od miasta 13 21.00 Wakacyjne domy na wynajem (6) – dok. 21.55 Wielkie projekty: Australia 10 (7) – dok. 22.55 Wakacyjne domy na wynajem (15, 16)	11.05 Usterka 11 (5, 6) – serial fab.-dokum., Polska 2019 12.35 Moje miasto, mój dom 7 14.35 Mieszkanie na miarę 16.30 Polowanie na ogród 8 18.10 Weekendowa metamorfoza (6) – rozr. 19.05 Złoty remont 4 (7) – rozr. 20.05 Dorota inspiruje 2 (7) 21.00 Dorota was urządzi! 22.30 House Hunters – Poszukiwawcze domów 6 (8-10) – pr. rozr. 0.00 House Hunters – Poszukiwawcze domów 7 (1) – pr. rozrywk. 0.40 Kupujemy dom na plaży 22 (4, 5) – dok.

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Nasz nowy dom (317) – reality show 7.30 Na ratunek 112 (953, 954) – serial paradokum., Pol. 2024 8.30 Sekrety rodziny (26-28) – serial paradokum., Pol. 2018 11.30 Trudne sprawy (963) – serial paradokum. 12.30 Dlaczego ja? (1376, 1377) – serial paradokum. 14.30 Świat według Kiepskich (11-15) – serial kom., Polska 17.00 48h. Zaginieni (183, 184) – serial kryminalny, Pol. 2023 19.00 Gliniarze (1009) – serial paradokum.	6.00 Wydarzenia 6.40 SuperLudzie Extra (40) – magazyn 6.55 Na ratunek 112 (737, 738) – paradok. 7.55 Doktor Martin (3, 4) – serial obyczajowy 10.00 Wydarzenia 10.30 SuperLudzie (2, 3) 11.30 Świat według Kiepskich (400-403) – serial kom., Pol. 2012 13.30 Bitwa o palety (17) 14.30 Hell's Kitchen – Piękna Kuchnia (69) – reality show 16.00 Ninja Warrior Polska (21) 18.00 Świat według Kiepskich (490, 491, 585, 586) 20.00 Złomiarze (18) – dok.	6.00 Więzienie (186, 187) – serial dok., Pol. 2025 6.55 Policjanci i Policjanci (733, 734) – serial obycz., Polska 8.55 Kobra – oddział specjalny (52, 53) – serial sens., Niemcy 10.55 48h. Zaginieni (184-186) – serial kryminalny, Pol. 2023 13.55 Policjanci i Policjanci (1212) – serial obycz., Polska 14.55 Uroczysko (69, 70) – serial krym., Polska 15.55 Kobra – oddział specjalny (54, 55) – serial sens., Niemcy 18.00 Strażnik Teksasu (13, 14) – serial sensacyjny, USA 2000	6.00 Zagadki doktora Blake'a 5 (2) – krym. 7.00 Ulica nadziei (7, 8) – krym., Wlk. Bryt. 2021 8.35 Lewis 6 (7) – krym. 9.40 Ojciec Brown 2 (3) – serial kryminalny 10.40 Śmierć pod palmami 3 (7) – krym. 11.45 Zagadki doktora Blake'a 5 (2) – krym. 12.55 Ulica nadziei (9, 10) – krym., Wlk. Bryt. 2021 14.55 Ojciec Brown 9 (1) 16.00 Lewis 6 (7) – krym. 17.00 My Life is Murder 4 (5) – serial kryminalny 18.00 Morderstwa w Midlands 24 (3) – krym., Wlk. Bryt. 2023 19.55 Śmierć pod palmami 3 (8) – krym.	9.55 Figa Migu na planecie Czochras (17) 10.20 Olimpiada Bolka i Lolka (9, 10) – anim. 10.45 Rodzina Trefików 6 (66, 68) – serial anim. 11.10 Odo (94-96) – anim. 11.35 Stacyjkowo (43, 44) 11.55 Pszczółka Maja (32) 12.25 Domisie – dla dzieci 13.00 Zagadki zwierząt-gromadki (18) – mag. dla dzieci 13.20 Tygrysek Percy i jego opowieści 13.45 Świnka Peppa 8 14.10 Pająk Lucas 2 (63, 64) 14.30 Oli i Luna (63, 64) 14.55 Oktonauci 2 (63, 64) 15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (32) – mag.	7.30 Jeden na jeden 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 9.55 Biznes – pr. publicyst. 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.55 Biznes – pr. publicyst. 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 11.55 Biznes – pr. publicyst. 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 13.55 Biznes – pr. publicyst. 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.55 Biznes – pr. publicyst. 15.00 15 na żywo – inf. 16.00 Fakty po południu 18.00 Tak jest – pr. publ. 19.15 Serwis informacyjny 19.30 Fakty po Faktach 20.10 Fakty o świecie
KRYMINALNY 	THRILLER 	KRYMINALNY 	KRYMINALNY 	ANIMOWANY 	MAGAZYN 
20.00 Ślad (1) – Polska 2018-2019, wyk. Anita Jancia, Mariusz Jakus We Wrocławiu działa porywacz i zabójca dzieci. Organizacja nie zostawia żadnych śladów. Kiedy zostaje odnaleziona piętnastą ofiarą, powstaje specjalna jednostka. 21.00 Gliniarze (804) 22.05 Łowca pedofilów (164, 165) – dok., Pol. 23.00 Świat według Kiepskich (381, 382) 0.00 Ślad (104) – krym., Pol. 1.00 Zdrady II (22) 2.05 Wydarzenia 2.45 Ewa gotuje (495)	21.00 Hitman: Agent 47 – USA/Niemcy/Wielka Brytania 2015, 120 min Stworzony w laboratorium superzabójca, Agent 47, walczy z korporacją, która zamierza zbudować armię podobnych do niego morderców. Zyskuje sojuszników, córkę naukowca. 23.00 Zmowa milczenia – thriller, Francja 2003, 105 min 0.45 Świat według Kiepskich (459-464) – serial kom., Pol. 2015 3.55 Nasz nowy dom (277, 278) – reality show, Polska 2023	20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (83, 84) Zostaje zamordowana właścicielka hotelu. Była znienawidzona przez pracowników, więc każdy z podwładnych jest potencjalnym podejrzanym. CSI szuka dowodów. 21.55 Czarna lista 2 (34) – serial kryminalny 22.55 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (723, 724) – krym., Pol. 0.55 Kości (123, 124) 2.55 Cobra Kai (38) 3.40 Septagon (22, 23)	21.00 Harry Wild 4 (8) – Irlandia/Wielka Brytania/Niemcy 2025 Gdy życie ich bliskich jest w niebezpieczeństwie, Harry i Fergus proszą o wsparcie, aby zatrzymać zabójcę. 22.00 Schwytań mordercę (10, 11) – serial krym. 0.10 McDonald i Dodds 3 (2) – serial kryminalny 2.00 Śmierć pod palmami 3 (8) – krym. 3.05 Morderstwa w Midlands 24 (3) 4.45 Moja rodzinka 3 (11) 5.15 Ojciec Brown 9 – serial kryminalny	15.40 Bella i Sebastian – Francja/Kan. 2017 Odważny i ciekawy świata Sebastian przeżywa kolejne przygody. Towarzyszy mu wierna suczka Bella. 16.10 Pat i świat 2 (94, 95) 16.35 Dino Ranczo (61, 62) 17.05 Pszczółka Maja 17.30 Robin Hood (11, 12) 18.00 Mała Marinette 18.30 Idefiks i Nieugięci 19.00 Prys i Bill 19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia 19.20 Piotruś Królik 2 19.45 Wegezaury 2 19.50 Lupin wśród bajek	21.00 Polska i świat Codzienny autorski program, który podsumowuje najważniejsze wydarzenia z kraju i z zagranicy, budzące szczególne zainteresowanie wśród polskich obywateli. 22.00 Szkoła kontaktowa 23.00 Dzień po dniu – mag. 0.25 Biznes – pr. publicyst. 0.45 Fakty po Faktach 1.30 Tak jest – pr. publ. 2.35 Nowa Maja w ogrodzie – mag. 3.00 Akademia ogrodnika – mag. 3.05 Fakty po Faktach 3.50 Tak jest – pr. publ.
POLSAT PLAY HD 6.00 Budowlancy (21) – dok. 6.30 Kolowrotek (215) – mag. 7.00 Dorwać tuńczyka (7, 8) 9.05 Wojny magazynowe 10.00 Wojny kontenerowe 11.00 Hardkorowy lombard 14.00 Polacy za granicą (65, 66) 16.00 Złomiarze (13, 14) – dok. 18.05 Poszukiwacze historii 20.00 Ostatnie tajemnice Hitlera – film dokum., Fr. 21.15 Tajna historia XX wieku (53, 54) – serial dokum., Pol. 22.05 Poszukiwacze historii (249) – serial dokumentalny 22.35 Pociągi (4) – serial dokum. 23.10 Wakacje z Bałtykiem 4.05 Starożytni kosmici	FOOD NETWORK HD 12.05 Człowiek kontra jedzenie (1, 2) – mag. kulin. 13.05 Apetyt na miłość (7) 14.05 Akcja: Restauracja! (1) 15.05 Pojedynka na grillu (7) 16.05 Kuchenne rewolucje (8) 17.05 Sexy kuchnia Magdy Gessler (7) – mag. kulin. 17.40 MasterChef (12) – pr. rozr. 19.10 Dziecięce mistrzostwa w piekarni (2) 20.10 Perfekcyjni gospodarze 9 (15) – dok. 21.10 24/24 (6) – maraton kulin. 22.15 Pyszne miśkowskie (6) 23.15 Akcja: Restauracja! (1) 0.15 Człowiek kontra jedzenie (1-3) – mag. kulin.	POLSAT RODZINA HD 11.00 David Attenborough i cuda natury 2 (5, 6) 12.00 Bogaty dom – biedny dom (134) – reality show 12.55 Rodzina zastępcza (247, 248) – kom., Pol. 2006 14.55 Wielkie wycieczkowce 15.55 Świat z góry (2, 3) – dok. 17.10 Pingwiny z Madagaskaru (24-26, 1) 19.05 Rodzina zastępcza (320) 20.05 Kałkiem nowe lata miodowe (6, 7) – kom. 21.10 Miodowe lata (111) 22.05 Nasz nowy dom 0.00 Sekrety II wojny światowej (2, 3) – dok., Fr. 2.30 Ewa gotuje (442) – mag.	BBC LIFESTYLE HD 11.30 Mistrzowie szycia 11 13.30 Mistrzowie ceramiki 6 14.35 Wielkie nowozelandzkie wypieki 4 (6) – pr. rozrywk. 15.40 Zapraszamy do stołu: Wielka porcja 20 (7) 17.50 Wymarzone domy 2 (17) 18.50 Mistrzowie szycia 5 (2) 19.50 Wielkie nowozelandzkie wypieki 4 (7) – pr. rozrywk. 21.00 Majorka: śródziemnomorskie smaki (1, 2) – serial dokum. 22.00 Kulisy looksmaxingu 23.00 Wylądowanie choroby: online 3 (2) – serial dokum. 23.55 Kulinarne podróże Billy'ego i Doma (2, 3)	NICK JR. HD 16.40 Psi Patrol 5 (21) – anim. 17.05 Rubble i jego ekipa 4 (7) 17.35 Pan Krokodyl (7) – anim. 17.55 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka (12) – serial anim. 18.15 Barbapapa i jego rodzinka 2 (21) – anim., Fr. 18.40 Dora 4 (5) – serial anim. 19.00 Santiago z móż (17) 19.30 Przygody Misia Paddingtona 2 (22) 19.55 Przygody Misia Paddingtona (14) – anim. 20.07 Świnka Peppa 4 (17-20) 20.31 Świnka Peppa (16) 20.36 Świnka Peppa 5 20.55 Barbapapa i jego rodzinka (18, 20, 21)	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 Debaty Gozdyry – publ. 21.50 Wydarzenia wieczorne 23.30 Dzień na świecie – pr. inf. 23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny 0.00 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
Kobieta DVB-T2 12.30 Kwiaty na warsztat 3 12.50 Przepis dnia (14) – mag. 13.00 Na dobre i na złe (586) 13.55 Czy grozi nam tsunami? 15.00 Rosół polski (33) – mag. 15.30 Ojciec Mateusz 4 (47, 48) 17.25 Kto rządzi światem? (2) 18.30 Lato z Radiem i Telewizją Polską 19.30 Miłość i nadzieja (318) 20.30 Wichrowe wzgórza (299) 21.30 La Promesa – pałac tajemnic (283) – obycz. 22.30 Wypis, wymaluj... FILM miłość – komedia romant. , USA 2013, 125 min 0.35 Tańcząca ze światem – Chorwacja (2) – mag.	E! ENTERTAINMENT HD 8.50 Bogate dzieciaki z Beverly Hills (7, 8) – dok. 10.40 Plastikarna fuzerka 12.30 Z kamerą u Kardashianów 15 14.20 Very Cavallari (1, 2) 16.10 Plastikarna fuzerka 18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 18.30 Z kamerą u Kardashianów (3, 4) 20.30 Very Cavallari (3, 16) 22.30 Plastikarna fuzerka 0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 1.00 Z kamerą u Kardashianów 15 3.00 Plastikarna fuzerka	TV TRWAM DVB-T 17.30 Rajd Katyński 17.55 Poczet wielkich Polaków – pr. hist. 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone – pr. publ. 19.30 Każdy maluch to potrafi – program dla dzieci 19.45 Modlitwa – religijny 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Miśkowskie historia – cykl fel. 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia – program publicystyczny 22.00 Wersal 1919 – film dokum.	BBC BRIT HD 10.30 W warsztacie (3) – dok. 11.30 Brytyjskie fabryki 4 (1) 12.30 Top Gear 10 (4) – mag. 13.35 W warsztacie (4) – dok. 14.35 Cuda inżynierii 3 (1) 15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 5 (7) – telet. 16.45 Brytyjskie fabryki 4 (1) 17.50 Top Gear 10 (5) – mag. 18.55 Cuda inżynierii 3 (1) 20.00 Brytyjskie fabryki 4 (2) 21.00 Cuda inżynierii kolejowej (6) – serial dok. 22.00 Arktyczny wojownik: Guy Martin (1) – dok. 23.00 Top Gear 10 (4) – mag. 0.05 Top Gear 22 (6) – mag.	MINI MINI+ HD 11.25 Baczne owczki (6-9) 11.55 Marta mówi (17, 18) 12.50 Moje urodziny – dla dzieci 12.59 Marta mówi (19, 20) 13.55 Moje urodziny – dla dzieci 14.00 Basi (2-6) – serial anim. 15.10 Kicia Kocia (4-8) – anim. 15.55 Blaze i megamaszyny 3 16.23 Blaze i megamaszyny 2 17.20 Staś i fajna Babcia (3, 4) 17.50 Moje urodziny – dla dzieci 17.57 Staś i fajna Babcia (5) 18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia (12, 13) – serial anim., Jap. 18.40 Dora i przyjaciele 2 (5, 6) 19.35 Kicia Kocia (5-9) – anim. 20.25 Mały Charlie (4-8) – anim.	TVP 3 DVB-T2 12.30 Rączka gotuje 13.00 Agrobiznes 13.20 Agropogoda 13.30 Bez retuszu 14.20 Poznań region 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny 15.20 Serwis Info Dzień – inf. 15.30 Program lokalny 19.30 Kałkiem 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 (204) – serial obycz., Turcja 2022

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

10.30
PARAMOUNT NETWORK
Kobiety KOMEDIODRAMAT
Mary odkrywa, że mąż ma romans z ekspedientką. W trudnej sytuacji może liczyć na wsparcie matki i przyjaciółek. Reż.: Diane English, A: Meg Ryan, Annette Bening, Eva Mendes
USA 2008 **150 min ► do godz. 13.00**

11.15
KINO POLSKA
Stara baśń KOSTIUMOWY IX wiek. Na terenie przyszłej Polski panuje Popiel. Wojownik Ziemo-wit łączy siły z kmiem Wiszem przeciwko despotce. Reż.: Jerzy Hoffman, A: Daniel Olbrychski, Michał Żebrowski, Jerzy Trela
Polska 2003 **150 min ► do godz. 13.45**

14.00
ALE KINO+
Terapia dla par KOMEDIODRAMAT Sześć osób mierzących się z problemami w związkach rozpoczyna terapię. Odkrywają kolejne niewygodne prawdy. Reż.: Gerardo Herrero, A: Malena Alterio, Alexandra Jiménez, Eva Ugarte
Hiszpania 2023 **115 min ► do godz. 15.55**

14.55
TVP KULTURA
Dwie Joasie KOMEDIA Asia stale traci posadę, bo nie znosi umi-zgów przełożonych. Gdy udaje brzydulę, sama zakochuje się w nowym szefie. Reż.: Mieczysław Krawicz, A: Jadwiga Smosarska, Franciszek Brodniewicz
Polska 1935 **100 min ► do godz. 16.35**

17.45
TVN FABUŁA
Miss agent KOMEDIA SENSACYJNA Bandyta grozi atakiem na uczestniczki konkursu piękności. W jedną z kandydatek ma wcielić się agentka Gracie. Reż.: Donald Petrie, A: Sandra Bullock, Michael Caine, Benjamin Bratt
USA 2000 **135 min ► do godz. 20.00**

18.55
POLSAT FILM
Dywizjon 303. Historia prawdziwa WOJENNY Pilot myśliwca Jan Zumbach z innymi rodakami dołącza do dywizjonu, który bierze udział w bitwie o Anglię. Reż.: Denis Delić, A: Piotr Adamczyk, Maciej Żakościelny, Kirk Barker
Polska 2018 **125 min ► do godz. 21.00**

21.00
SUPER POLSAT
Dzika noc KOMEDIA SENSACYJNA Przestępcy biorą Lightstone'ów na zakładników. Żądają 300 mln dol. Rodzinie na pomoc rusza św. Mikołaj. Reż.: Tommy Wirkola, A: David Harbour, John Leguizamo, Alex Hassell
USA/Kanada 2022 **135 min ► do godz. 23.15**

22.30
TVP KOBIEȘA
Człowiek z magicznym pudełkiem SCIENCE FICTION Rok 2030. Sprzątaczkę znajduje stare radio. Odbiornik emituje fale umożliwiające podróżę w czasie. Reż.: Bodo Kox, A: Olga Bołgądz, Piotr Polak, Sebastian Stankiewicz
Polska 2017 **115 min ► do godz. 0.25**



Szowinistyczny celebryta udziela Abby wskazówek, które są zaskakująco skuteczne.

20.00
POLSAT
Brzydka prawda KOMEDIA ROMANTYCZNA Wariacja na temat wojny płci. Kobieta poszukująca ideału zyskuje doradcę.

HIT DNIA Ambitna producentka telewizyjna Abby Richter wciąż szuka idealnego mężczyzny. Trudno sprostać jej wygórowanym wymaganiom. W dodatku jej program traci widzów. Kobieta zostaje zmuszona przez przełożonego do współpracy z szowinistycznym Mikiem Chadwayem. Oboje nie

mogą się dogadać, mają też rozbieżne poglądy na wiele tematów, szczególnie dotyczących relacji damsko-męskich. Chadway wygłasza Abby swoje błyskotliwe teorie o związkach i proponuje eksperyment, dzięki któremu odnajdzie ona miłość. Kobieta zgadza się zastosować jego rady w nowym, dobrze za-

powiadającym się związku z sąsiadem. W końcu musi przyznać, że prowokacyjne wskazówki dotyczące uwodzenia przynoszą zaskakujące efekty. Pewny swoich racji Mike też dostaje cenną lekcję. **HD 125 min ► do godz. 22.05**

USA 2009 Reż.: Robert Luketic Wyst.: Katherine Heigl, Gerard Butler, Bree Turner, Eric Winter, Nick Searcy



20.00
TVN 7
Nostalgia anioła OBYCZAJOWY Nastoletnia Susie zostaje zamordowana. Uwięziona między niebem a ziemią, obserwuje bliskich, a także swojego zabójcę. Stara się przekazać ojcu (Mark Wahlberg) wskazówki, które pomogą go schwytać.

Reż.: Peter Jackson Wyst.: Susan Sarandon
USA 2009 **HD 175 min ► do godz. 22.55**



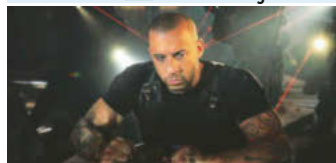
22.05
POLSAT
Ted KOMEDIA John jako dziecko pragnął, by jego pluszowy miś ożył. Marzenie się spełniło. Teraz mężczyzna (Mark Wahlberg) i jego zabawka są nierozłączni. Wiodą beztroskie życie. Ich relację komplikuje Lori (Mila Kunis).

Reż.: Seth MacFarlane Wyst.: Joel McHale
USA 2012 **HD 145 min ► do godz. 0.30**



20.00
STOPKLATKA
Najlepsi z najlepszych 4: Bez ostrzeżenia SENSACYJNY Tommy (Phillip Rhee) wchodzi w posiadanie dyskiety wykradzonej gangowi fałszerzy pieniędzy. Bandyty chcą odzyskać materiały i zlikwidować świadka.

Reż.: Phillip Rhee Wyst.: Ernie Hudson
USA 1998 **HD 115 min ► do godz. 21.55**



22.20
TV PULS
Babylon A.D. SCIENCE FICTION Toorop (Vin Diesel) ma przemycić z azjatyckiej części Rosji do Nowego Jorku tajemniczą Aurore. Nie wie, że obdarzoną niezwykłymi zdolnościami dziewczyną interesują się najpotężniejsi ludzie świata.

Reż.: Mathieu Kassovitz Wyst.: Michelle Yeoh
USA 2008 **HD 135 min ► do godz. 0.35**



20.50
TVN
Jack pogromca olbrzymów FANTASY Syn farmera (Nicholas Hoult) otwiera bramę dzielącą świat ludzi i krainę olbrzymów. By uratować królestwo przed budzącymi grozę istotami, chłopak musi wykazać się sprytem i odwagą.

Reż.: Bryan Singer Wyst.: Eleanor Tomlinson
USA 2013 **HD 145 min ► do godz. 23.15**



23.00
PULS 2
Kolonja karna SENSACYJNY Kapitan marines John Robbins (Ray Liotta) za zabójstwo dowódcy trafia na wyspę Absalom – izolowaną kolonię karną bez strażników, gdzie rządzą sami więźniowie. Musi walczyć o przetrwanie.

Reż.: Martin Campbell Wyst.: Lance Henriksen
USA 1994 **HD 145 min ► do godz. 1.25**

→ filmowe hity



Czarownica, którą pokonał król Artur, się odradza. Jej przeciwnikiem jest przybysz z piekła.

20.00 **Hellboy**

TV PULS **SCIENCE FICTION** Superbohater staje do walki z żądną władzy wiedźmą. W jego rękach spoczywa los ludzkości.

HIT
DNIA

Przed wiekami król Artur rozprawił się z okrutną Nimue. Jej rozczonekowane ciało ukryto w kilku różnych miejscach. Współcześnie Hellboy, agent Biura Badań Paranormalnych i Obrony, wypełnia misję w Meksyku, ale sprawy idą nie po jego myśli. Dochodzi do wypadku. Heros wraca w niesławie do

bazy. Brutenholm informuje go o kolejnym zadaniu, które ma wykonać w Anglii. Tymczasem królowej z pomocą Baby Jagi udaje się odrodzić. U boku magicznych istot chce ona zawładnąć światem. **HD 140 min ► do godz. 22.20**

USA/Wlk. Bryt./Bułgaria/Kan. 2019 **Reż.:** Neil Marshall **Wyst.:** David Harbour, Milla Jovovich, Ian McShane, Sasha Lane

→ sport

8.45 **Liga Narodów**
SIATKÓWKA **LIVE**

POLSAT SPORT 1 W Ningbo rusza turniej finałowy z udziałem ośmiu reprezentacji. W ubiegłym roku w tym samym miejscu swój drugi triumf w Lidze Narodów zanotowała drużyna z Polski. W meczu o złoty medal Biało-Czerwoni nie dali szans Włochom (3:0). **HD 270 min ► do godz. 13.15**

16.00 **Tour of Denmark**
KOLARSTWO **LIVE**

EUROSPORT 1 Wyścig rozpocznie się w Aalborgu. Trasa pierwszego etapu liczy 197 km i ma 1175 m przewyższenia. Na liście zgłoszeń znaleźli się m.in. Jakob Søderqvist z grupy Lidl – Trek oraz Milan Menten z zespołu Lotto Intermarché. **HD 105 min ► do godz. 17.45**

→ rozrywka

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

TV 4 **REALITY SHOW** Na licytację trafiają ekrytuar biurkowy z lat 1920-1939, bomboniera z Zakładów Porcelany Stołowej „Ćmielów” i zegar z lat 60. XIX w. Nie zabraknie kultowych świeczników autorstwa Eryki Trzewik-Drost, zwanych karolinkami. **HD 60 min ► do godz. 19.00**

22.00 **Nagi instynkt**
przetrwania: Mi-
strzostwa świata

DISCOVERY CHANNEL **REALITY SHOW** Rywalizacja w dziczy trwa. Nie każdy radzi sobie z używaniem prymitywnej broni. Coraz trudniej zdobyć pożywienie. Może być potrzebna pomoc ratowników. **HD 120 min ► do godz. 0.00**

21.40 **Nocny patrol**

KRYMINALNY **TVP 1** Policjanci Ray (Thomas Jane) i Nick przemierzają ulice Los Angeles. Na skutek niespodziewanych zdarzeń rozpoczynają poszukiwania zaginionej dziewczyny i stawiają czoło nieuczciwemu stróżowi prawa.

Reż.: Joel Souza **Wyst.:** David Krumholtz
USA 2019 **HD 120 min ► do godz. 23.40**

23.15 **Łowca czarownic**

FANTASY **TVN** Nieustraszony Kaulder (Vin Diesel) przed wiekami zabił wiedźmę. Teraz powraca ona ze świata umarłych. Wojownik musi stawić jej czoło. Pomagają mu proboszcz z Nowego Jorku i czarownica Chloe (Rose Leslie).

Reż.: Breck Eisner **Wyst.:** Elijah Wood
USA/Kan. 2015 **HD 130 min ► do godz. 1.25**

21.55 **Saga wikingów**

PRZYGODOWY **STOKPLATKA** Wygnani z ojczyzny wojownicy pod wodzą Asbjørna (Tom Hopper) ruszają do Brytanii. Chcą zrabować złoto, aby wykupić wolność. Ich podróż przerywa sztorm. Rozbitkowie trafiają na szkielety wybrzeża.

Reż.: Claudio Fäh **Wyst.:** James Norton
W. Bryt. 2014 **HD 115 min ► do godz. 23.50**

23.40 **Popioły**

HISTORYCZNY **TVP 1** Rok 1812. Cedro uczestniczy w wyprawie na Rosję. Odwiedza dawnego towarzysza broni, Olbromskiego (Daniel Olbrychski). Namawia go, by ponownie zaciągnął się w szeregi wojsk napoleońskich.

Reż.: Andrzej Wajda **Wyst.:** Bogusław Kiern
Polska 1965 **HD 135 min ► do godz. 1.55**

18.55 **Lech – Aarhus**

PIŁKA NOŻNA **LIVE** **TVP SPORT** Stawką tego meczu w Poznaniu jest awans do trzeciej rundy eliminacji Champions League. Kolejorz ma większe doświadczenie na arenie międzynarodowej od mistrza Danii. Czy znajdzie to odzwierciedlenie w wyniku? **HD 170 min ► do godz. 21.45**

20.00 **Górnicy Zabrze**

– Fenerbahce **PIŁKA NOŻNA** **LIVE** **POLSAT SPORT 1** W zespole ze Stambułu są tak uznani piłkarze jak N'Golo Kanté, Milan Škriniar i Fred. Zabrzan czeka więc misja z gatunku niemożliwych. Czy zamkną gigantowi drzwi do Ligi Mistrzów? **HD 120 min ► do godz. 22.00**

22.10 **Cafe Fogg**

WIDOWISKO **TVP POLONIA** Tytuł nawiązuje do kawiarni, którą w gruzach Warszawy prowadził Mieczysław Fogg. W historię jego barwnego życia wpleciono szlagiery jak „Tango milonga” i „Ostatnia niedziela”. Występują m.in. Czesław Moził i Janusz Radek. 30 min ► do godz. 22.40

→ dokument

19.45 **Pociąg**
przez Imperium
Rzymskie

HISTORIA **BBC EARTH** Alice Roberts przygląda się nowatorskim rozwiązaniom, które zastosowano w Pompejach. Odkrywa też, jak wyglądało życie niewolników. **HD 70 min ► do godz. 23.55**

TVP 1 HD DV3 T2	TVP 2 HD DV3 T2	POLSAT HD DV3 T2	TVN HD DV3 T2
5.00 Splątane losy (10) – serial obyczajowy, Turcja 2024 5.50 Akacja 38 (905) – telenowela, Hiszpania 2018 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 7.30 Rodzina (nie od) święta 8.00 Serwis Info – program inform. 8.10 Pogoda Info 8.15 Kolumbowie (2): Żegnaj, Baśka – serial wojenny, Polska 1970 9.15 Ranczo 8 (94) – obycz., Pol. 2014 10.10 Komisarz Alex 22 (279) – serial kryminalny, Polska 2024 11.05 Ojciec Mateusz 17 (216) – serial kryminalny, Polska 2017 12.00 Serwis Info – program inform. 12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy 12.30 Agropogoda – program inform. 12.40 Magazyn rolniczy 12.55 Natura w Jedynce: Sęp kasztanowaty – film dokumentalny, Hiszpania 2024 14.00 Splątane losy (11) – serial obyczajowy, Turcja 2024 15.00 Serwis Info – program inform. 15.10 Pogoda Info 15.25 Gra słów. Krzyżówka (1077) 16.00 Dziedzictwo (993) – serial obyczajowy, Turcja 2020 17.00 Teleexpress, pogoda 17.25 Jaka to melodia? – telet. muz. 18.05 Reporterzy – mag. reporterów 18.25 Akacja 38 (922) – telenowela, Hiszpania 2018 19.30 Program informacyjny 19.30 19.55 Pytanie dnia – pr. publicyst. 20.10 Sport, pogoda 20.30 07 zgłoś się (6) – serial kryminalny, Polska 1978	4.30 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2024 5.30 M jak miłość (1804) – serial obyczajowy, Polska 2024 6.25 Pozyteczni.pl – magazyn 6.50 Barwy szczęścia (3364) – serial obyczajowy, Polska 2026 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn 7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn 11.30 Rodzinka.pl (55, 56): Wirtualni przyjaciele; Instrukcja obsługi – serial komediowy, Polska 2012 12.35 Koło fortuny (1910) – teleturniej 13.15 Panna młoda (156) – serial obyczajowy, Turcja 2024 14.05 Va banque (1025) – teleturniej 14.35 Na sygnale (886): Zabawa w kotka i myszkę – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 W barze Kropiółka pojawia się znana dziennikarka. Dzisiaj opowiada jej o ciężko chorym Patrycku, który marzy o wyjeździe do NASA. 15.05 La Promesa – pałac tajemnic (443) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022 Wystawna kolacja z okazji urodzin Manuela kończy się fiaskiem. Napięcie udziela się domownikom i służbie. Petra coraz ostrzej traktuje podwładnych. 16.00 Koło fortuny (1911) – teleturniej 16.35 Familiada – teleturniej 17.20 Panna młoda (157) – serial obyczajowy, Turcja 2024 18.15 Va banque (1026) – teleturniej 18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej	4.55 Disco Gramy 5.40 Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy 6.00 Nowy dzień z Polsat News 8.25 Malanowski i partnerzy (362, 363): Matka i córka; Cudze szczęście – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011 9.25 Trudne sprawy (1283, 1284) – serial paradokumentalny, Polska 2024 11.35 Gliniarze (900, 901) – serial paradokumentalny, Polska 2024 13.40 Dlaczego ja? (1530, 1531) – serial paradokumentalny, Polska 2026 Julia i Maria sprzedają mieszkanie. Pieniądze przechowują w domu i planują własne biznesy. Gotówka zostaje skradziona. Maria podejrzewa siostrzenicę sąsiada, która okazała się oszustką. Policjanci badają ten trop. 15.50 Wydarzenia, pogoda 16.25 Interwencja – magazyn reporterów 16.40 Gliniarze (1097, 1098) – serial paradokumentalny, Polska 2025 Policja dostaje zgłoszenie o wystrzale z broni palnej, który był poprzedzony kłótnią. Na miejscu funkcjonariusze znajdują ciało chłopaka. Śledztwo ujawnia podejrzanego powiązania denata z trójmiejskim półświatkiem. Olgierd i Krystian wpadają na trop złodziei samochodów. 18.50 Wydarzenia 19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny 19.35 Sport, pogoda	5.40 Uwaga! – magazyn reporterów 5.55 Ukryta prawda (1713) – serial paradokumentalny, Polska 2025 6.50 Kuchenne rewolucje (11): Czeladź – Dobre Jadlo – program rozrywkowy 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn 11.20 Doradca smaku (39) – magazyn kulinarny 11.25 Kuchenne rewolucje (11): Grodzisk Mazowiecki – Orient X-press/Pelen Rondel – program rozrywkowy 12.35 Ukryta prawda (1503, 1504, 1738) – serial paradok., Polska 15.45 Detektywi (127) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024 16.50 Szpital św. Anny (78) – serial obyczajowy, Polska 2026 Bartek sprzedaje dom bez wiedzy Kaśki. Żyła opiekuje się pacjentem z podejrzeniem raka trzustki. Mężczyzna uważa, że spotkała go kara za dawne przewinienia. Tomek poszukuje Marty z pomocą hakera. 17.55 Młode gliny (34) – serial kryminalny, Polska 2026 W parku znaleziono ciało 17-letniej Agaty. Trop prowadzi do pobliskiego klubu. Wkrótce ginie kolejna uczennica tego samego liceum. Obie nastolatki kontaktowały się w sieci z tajemniczym Maksimem. 19.00 Fakty, sport i pogoda 19.55 Uwaga! – magazyn reporterów 20.15 Na Wspólnej (4254) – serial obyczajowy, Polska 2026
20 KRYMINALNY  21.40 Nocny patrol FILM – USA 2019, 120 min Ray i Nick przemierzają ulice Los Angeles. Otrzymują rozkaz wścieczenia pościgu za mordercami funkcjonariuszy. Wskutek niespodziewanych zdarzeń rozpoczynają też poszukiwania zaginionej dziewczyny i stawiają czoło nieuczciwemu stróżowi prawa. 23.40 Wieczór z Mistrzem. Andrzej FILM Wajda: Popioły (2-ost.) – dramat historyczny, Polska 1965, reż. Andrzej Wajda, wyk. Daniel Olbrychski, Bogusław Kierc, Beata Tyszkiewicz, Piotr Wysocki, 135 min 1.55 Zaginiony w akcji – film sensacyjny, USA 1984, reż. Joseph Zito, wyk. Chuck Norris, M. Emmet Walsh, David Tress, Lenore Kasdorf, 105 min 3.40 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny 4.00 Pytanie dnia – program publicystyczny 4.20 Reporterzy – magazyn reporterów 4.30 Oko na świat – magazyn 4.50 Zakończenie	20 OBYCZAJOWY  19.25 Barwy szczęścia (3364) – Polska 2026 Rawiczowa i Małgorzata proponują Natalii, by po sprzedaży domu przeniosła się z Leą do mieszkania, które wynajmuje Jaworski. Łukasz spędza z Celiną miłokajki. Nastroj psuje Ksawery, rozczarony z powodu wyjazdu Kasi i Mariusza. 20.05 Omnibus – szybcy i mądzy (29) – teleturniej 20.35 Omnibus – szybcy i mądzy – dogrywka (29) – teleturniej 20.55 Postaw na milion – teleturniej 21.50 Na sygnale (883, 884) – serial fabularno-dok., Polska 2026 22.55 Berlin Ku'damm 59 (8) – serial obyczajowy, Niemcy 2018 23.50 PiBull 2 (15) – serial sensacyjny, Polska 2007 0.50 Karol, władca Hiszpanii (14) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015 1.45 Nasz dom w górach (21) – serial obyczajowy, Niemcy 2024 2.40 Abastumani – film dokumentalny, Gruzja/Pol. 2023 3.55 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025 4.25 Zakończenie	20 KOMEDIA ROMANTYCZNA  20.00 Komediodwa środa: Brzydka prawda FILM – USA 2009, 125 min HIT DNIA Ambitna producentka telewizyjna Abby szuka miłości. Mało kto może sprostać jej wymaganiom. Pomoc oferuje nowy współpracownik Mike, gwiazdor o szowinistycznych poglądach. Singielka, chociaż za nim nie przepada, wciela w życie jego rady. 22.05 Ted – komedia, USA 2012, reż. Seth MacFarlane, wyk. Mark Wahlberg, Mila Kunis, Joel McHale, Giovanni Ribisi, 145 min John jako dziecko pragnął, by jego miś ożył. Marzenie się spełniło. Teraz mężczyzna i jego pluszak są nierozłączni. Wiodą beztroskie życie. Ich relację komplikuje Lori. 0.30 Ostrożnie z dziewczynami FILM – komedia romantyczna, USA 2002, reż. Roger Kumble, wyk. Cameron Diaz, Christina Applegate, Selma Blair, 105 min 2.15 Mocne uderzenie – komedia, USA 2012, reż. Frank Coraci, wyk. Kevin James, Salma Hayek, Henry Winkler, Bas Rutten, 160 min	20 FANTASY  20.50 Jack pogromca olbrzymów FILM – USA 2013, 145 min Pokój, który wiele lat temu ludzie zawarli z mieszkańcami krainy olbrzymów, jest zagrożony. Wszystko przez rolnika Jacka. Przypadkiem zasiał on magiczne ziarno, z którego wyrósł gigantyczny fasol. Przebywająca w jego domu księżniczka Isabelle zostaje porwana przez roślinę i trafia do krainy olbrzymów. Jack wraz z drużyną rycerzy próbuje ją uwolnić. 23.15 Łowca czarownic – film fantasy, USA/Chiny/Kanada 2015, reż. Breck Eisner, wyk. Vin Diesel, Rose Leslie, Elijah Wood, Ólafur Darri Ólafsson, 130 min 1.25 Kwatery Hitlera (2) – serial dokumentalny, Polska 2019 2.25 Uwaga! – magazyn reporterów 2.45 Wallander 2 (4) – serial kryminalny, Szwecja/Niemcy/Dania 2009 4.35 Detektywi (121) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024 5.20 Kto was tak urządził? – magazyn



- 5.25 Ten moment** (8) – serial paradok., Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (831-833) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1351, 1471, 1472) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1138-1140) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
- 13.55 Kryminalni 2** (5) – serial kryminalny, Polska 2005
- 15.00 Szpital** (808, 809) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (519): Sekrety i kłamstwa – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
Beata Wesołowska usiłowała zabić Radosława Morawskiego, wjeżdżając w niego autem. Motywem była próba szantażu związanego z romanszem.
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (31) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Na numer alarmowy dzwoni kobieta, która krzyczy do słuchawki „ratunku”, po czym połączenie zostaje przerwane. Na miejscu policjanci znajdują seniorkę reanimowaną przez młodego mężczyznę.
- 19.00 Ukryta prawda** (1542) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Monika odkrywa, że zaszła w ciążę z Konradem, którego poznała na portalu randkowym. Liczy na szybki ślub. Partner jej to obiecuje, ale dzień później znikną. Kobieta rozpoczyna poszukiwania.

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 Nostalgia anioła
FILM – USA/Wielka Brytania/Nowa Zelandia 2009, 175 min

Susie zostaje zgwałcona i zamordowana. Uwieczona między niebem a ziemią, obserwuje rodziców i siostrę, którzy nie potrafią uporać się z tragedią. Dziewczyna przekazuje ojcu wskazówki, które mogłyby pomóc schwycić sprawcę.

22.55 Ocean's Thirteen – komedia sensacyjna, USA 2007, reż. Steven Soderbergh, wyk. George Clooney, Al Pacino, Andy Garcia, Brad Pitt, 145 min
Dannny i jego gang planują kolejny skok. Zamierzają okraść właścicieli kasyn i hoteli. By akcja się udała, potrzebują pomocy wroga, Terry'ego Benedicta.

1.20 Zawsze jest czas na miłość
FILM – komedia obyczajowa, USA/Wielka Brytania/Belgia 2017, reż. Joel Hopkins, wyk. Diane Keaton, James Norton, Brendan Gleeson, Hugh Skinner, 125 min

3.25 Żyjąc z potworem 9 (11) – serial dokumentalny, USA 2024

4.30 Fachowcy 2 (8) – serial paradokumentalny, Polska 2018



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (19, 20): Przerosty biurokracji; Miłość ulicznicy – serial kryminalny, USA 1987
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (12, 13): Swobodny spadek; Krew i woda – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (81, 82) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (127) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Marichuy odzyskuje przytomność. Ma zabandażowane oczy. Estefania i Isabela dowiadują się, że dziewczyna przeżyła. Policja przesłuchuje Ramona. Przypomina on sobie kobietę przy rekwizytach.
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (61) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy 2** (46) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11** (564, 565) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy 2** (47) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Malwina potrzebuje dodatkowych pieniędzy. Wyjawia Krystynie powód, dla którego musi zdobyć te fundusze. Gawreka jest zaszokowana.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (984, 985) – serial obyczajowy, Polska 2026
Kuba wraz z żoną marzy o wyprowadce od rodziców. By zdobyć pieniądze na wynajem mieszkania, para przynosi do lombardu kafele i panele.

SCIENCE FICTION



20.00 Hellboy – USA/Wielka Brytania/Bulgaria 2019, 140 min

Władczyni czarownic Nimue przed wiekami została unicestwiona przez króla Artura. Teraz odzyskuje moc. Chce rozprawić się z ludźmi i zawiadnąć światem. Tyko pochodzący z piekła Hellboy może ją powstrzymać.

22.20 Babylon A.D. – film s.f., USA/Francja/Wielka Brytania 2008, reż. Mathieu Kassovitz, wyk. Vin Diesel, Michelle Yeoh, Mélanie Thierry, Gérard Depardieu, 135 min

0.35 Zobowiązanie – thriller, Wielka Brytania 2012, reż. Craig Viveiros, wyk. Tim Roth, Talulah Riley, Jack O'Connell, Peter Mullan, 100 min

2.15 Dzielnica strachu 10 (444): Znikaj z mojego życia – serial kryminalny, Polska 2025-2026

3.15 Lombard. Życie pod zastaw 18 (980) – serial obyczajowy, Polska 2026

4.20 Dyżur 3 (36) – serial dokumentalny, Polska 2010

5.00 Dzielnica strachu 10 (447): Zwyczajny wypadek – serial kryminalny, Polska 2025-2026



- 5.55 Ale numer! 21** (11) – pr. rozrywk.
- 6.20 Cosie-Ktosie** (23) – serial anim.
- 6.30 Kajko i Kokosz 2** (23) – serial animowany, Polska 2021
- 6.45 SamSam: Kosmiczne przygody** (13) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (20) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol 2** (12) – serial anim.
- 7.50 Dora** (4) – anim., Kan./USA 2024
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina** (23) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
- 8.50 Masza i Niedźwiedź** (23, 24) – serial animowany, Rosja 2012
- 9.20 Straszne historie Maszy** (23) – serial animowany, Rosja 2016
- 9.25 Świnka Peppa 2** (41-43) – serial animowany, Wielka Brytania 2005
- 9.45 Bing** (37, 38) – serial animowany
- 10.00 Jeżyk i Przyjaciele** (12, 11) – serial animowany, Polska 2023
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (30, 29) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (23, 24) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol** (9) – anim., Kan./USA
- 12.35 Marta mówi** (30) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (204, 205) – serial anim.
- 14.00 Baranek Shaun 4** (1-4) – serial animowany, Wielka Brytania 2013
- 14.35 My Little Pony: Przyjaźń to magia** (3) – anim., USA/Kan. 2011
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (40, 41) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
- 16.00 Fineasz i Ferb 2** (24, 25) – serial animowany, USA 2007-2011
- 17.00 Smerfy** (206, 207) – serial anim.
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru** (7, 8) – serial animowany, USA

ANIMOWANY



19.00 Kaczki opowieści (19, 20) – USA 1987

Rezolutne, ciekawe świata kaczkorki oraz ich wuj, zamożny Sknerus McKwacz, przeżywają emocjonujące przygody. Stawiają czoło wrogom – m.in. znanym w polświatku braciom Be i Granitowi Forsantowi.

20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (972) – serial obyczajowy, Polska 2026

21.00 Dzielnica strachu 10 (454, 455) – serial krym., Polska 2025-2026

23.00 Kolonia karna – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 1994, reż. Martin Campbell, wyk. Ray Liotta, Lance Henriksen, Stuart Wilson, Kevin Dillon, 145 min

1.25 Dzielnica strachu 10 (450) – serial krym., Polska 2025-2026

2.25 Lombard. Życie pod zastaw 12 (655) – serial obyczajowy, Polska 2023

3.30 Lombard. Życie pod zastaw 5 (220) – serial obycz., Polska 2019

4.25 Niesamowite! (16) – dok., Pol.

5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (519) – serial obyczajowy, Polska 2022



DAVID ATTENBOROUGH: OPOWIEŚĆ O GORYLACH

Znany przyrodnik wspomina pierwsze spotkanie z małym gorylem Pablo. Opowiada, jak z czasem stał się on potężnym samcem alfa. Śledzi losy jego potomków żyjących obecnie na wolności. Produkcja pokazuje nieznane wcześniej zachowania goryli.

►dokum., Wlk. Bryt. 2026; 77 min

PREMIERA



WŚCIEKŁOŚĆ

Mężczyzna dotknięty amnezją próbuje odnaleźć się w nowej rzeczywistości. Trafia pod opiekę doświadczonego trenera MMA. Gdy wchodzi na ring, musi zmierzyć się nie tylko z rywalem, lecz także z własną przeszłością, która powoli zaczyna go doganiać. Niebawem staje przed trudnym wyborem.

►serial sensacyjny, Brazylia 2026

PREMIERA



OSTATNI PROJEKT

Tamara rozpoczyna naukę w nowej szkole. Stawia czoło liczny problemom. Pewnego dnia pada ofiarą cyberataku i otrzymuje zaproszenie do udziału w niebezpiecznym wyzwaniu. Postanawia zawrzeć ryzykowny sojusz, za sprawą którego jej życie zmienia się bezpowrotnie.

►dla młodzieży (6 odc.), Meksyk 2026

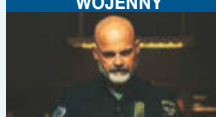


PLANETA SAMOTNOŚCI

Katherina (Laura Dern) wyjeżdża do Maroka, by wziąć udział w warsztatach dla pisarzy. Liczy na to, że z dala od domu dokończy książkę. Na miejscu spotyka Owena (Liam Hemsworth). Znajomość przeradza się w romans. Film Susannah Grant – nominowanej do Oscara za scenariusz do „Erin Brockovich”.

►melodramat, USA 2024; 94 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (4, 5) – serial kryminalny, USA 2011 7.30 Ostry dyżur 2 (5, 6) – serial obyczajowy 9.25 Castle 4 (7, 8) – serial kryminalny, USA 2011 11.20 MacGyver 4 (5, 6) – serial akcji, USA 2020 13.10 Dowody zbrodni 2 (10, 11) – serial kryminalny, USA 2004 15.10 Agenci NCIS: Hawaje 2 (6, 7) – serial kryminalny 17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (5, 6) – serial krym., USA/Kanada 2004 19.05 Castle 4 (9, 10) – serial kryminalny	5.40 Rodzinka.pl (117) – serial kom., Pol. 2013 6.10 Na sygnale (499, 500) 7.20 Ojciec Mateusz 4 (49) – krym., Pol. 2010 8.20 Komisarz Alex 3 (38) 9.10 Rodzinka.pl (118) 9.45 Klan (1465) – telen. 10.20 Ranczo 9 (116, 117) 12.00 Komisarz Alex 3 (39) 12.50 Ojciec Mateusz 31 (399-401) – krym., Pol. 15.35 Komisarz Alex 4 (40) – serial krym., Polska 16.25 Na sygnale (501, 502) – serial fab.-dokum. 17.35 Ranczo 10 (118, 119) – serial obycz., Polska 19.30 Ojciec Mateusz 31 (402) – krym., Pol. 2024 20.30 Ojciec Mateusz 4 (50) – krym., Pol. 2010	9.00 Wojna domowa (11, 12) – obycz., Pol. 10.35 Mój Nikifor – biograf, Polska 2004, 110 min 12.25 Tajemnice kultowych seriali (5) 13.50 Noce i dnie (8) 14.55 Dwie Joasie – kom., Polska 1935, 100 min 16.35 Wojna domowa (13, 14) – obycz., Pol. 18.15 Muzeum Polskiej Piosenki (7) – pr. rozr. 18.30 Informacje kulturalne 18.55 Rawhide (18) – przyg. 20.00 Powrót Sherlocka Holmesa (9) – krym. 21.05 TVP Kultura na Nowych Horyzontach – felieton, Polska 2026	6.30 Polska z góry 2 (4) – serial dok., Pol. 2018 7.00 Wyraj – film krótkometrażowy, Polska 2020 7.35 Fuks – komedia sens., Polska 1999, 105 min 9.20 The Hero – film krótkometraż. 10.00 Bestia 3 (5, 6) – serial kryminalny, Kan. 2025 12.05 Vera 10 (1) – serial kryminalny, Wlk. Bryt. 14.00 Terapia dla par – komediodram., Hiszp. 2023, 115 min 15.55 Pokuta – melodramat, Wielka Brytania/Fr./USA 2007, 140 min 18.15 Vera 10 (2) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2020	9.15 Pan Tadeusz – film kostiumowy, Polska/Francja 1999, 150 min 11.45 Peacock – thriller, USA 2010, 90 min 13.15 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (5, 6) – serial komediowy, Fr. 14.20 Agent szczęścia – film dokumentalny, Bhutan/Węgry 2024 15.55 Czarna woda – film krótkometraż. 16.15 Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, 115 min 18.10 Lupa capu – pr. rozr. 18.15 Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004, 105 min	8.10 Fantastyczne zwierzęta: Zbrodnie Grindelwalda – fantasy, Wlk. Bryt./USA 2018, wyk. Eddie Redmayne, 130 min 10.20 Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledora'a – film fantasy, Wielka Brytania/USA 2022, wyk. Jude Law, 140 min 12.40 Piotruś Pan – film familijny, USA/Wielka Brytania 2003, 110 min 14.30 Diva Futura – dramat obyczajowy, Włochy 2024, 125 min 16.35 Emma Odważna – film anim., USA/Chiny/Irlandia 2024, reż. Leo Lewis, 80 min
KRYMINALNY	OBYCZAJOWY	WOJENNY	KRYMINALNY	WOJENNY	KOMEDIA SENSACYJNA
 21.05 Walker: Strażnik Teksasu 2 (5, 6) Cordell i Liam razem analizują starą sprawę. Micki nadal przydzielona jest do wykonywania obowiązków za biurkiem. Trey bierze udział w wyprawie na ryby. 23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (5, 6) – serial krym. 0.45 Castle 4 (9, 10) – serial kryminalny 2.40 Walker: Strażnik Teksasu 2 (5, 6) 4.35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (3) – krym., USA/Kan.	 21.30 Ranczo 10 (120, 121) – Polska 2016 Czerepach i Ola wprowadzają w życie niecyfrowy plan, aby podnieść notowania prezesa Kozioła w zbliżającej się kampanii wyborczej. Pojawia się jednak przeszkoda. 23.20 Ojciec Mateusz 31 (403) – krym., Pol. 2024 0.20 Czarna śmierć (5) – serial obycz., Polska 1.20 Erynie (9, 10) – krym. 3.15 Stulecie Winnych 2 (20) – obycz., Pol. 2020 4.10 Klan (1465) – telen. 4.35 Pan Mama (38) – serial kom., Pol. 2025	 21.30 Aida – Austria/Bośnia i Hercegowina/Francja 2020, 115 min Lato 1995 roku, trwa wojna w Bośni i Hercegowinie. Serbskie oddziały wracają do Srebrenicy. Tłumaczka ONZ Aida próbuje ocalić bliskich. Sytuacja jest dramatyczna. 23.25 Stara strzelba – film historyczny, Francja/RFN 1975, 115 min 1.20 Cześć, Tereska – dramat obyczajowy, Polska 2001, reż. Robert Gliński, 100 min 3.00 Jazz.pl Polskie Radio – koncert	 20.10 Oxen 2 (3, 4) – Dania 2025 Margrethe pojawia się na miejscu zbrodni. Zastaje tam osobę, którą kiedyś znała. Na Oxena pada podejrzenie o zabicie Fiska. Weteran chce odzyskać zaufanie agentki. 22.15 Ocalona – thriller, Wielka Brytania/USA 2015, 115 min 0.10 Django (9, 10-ost.) 2.30 Minuta ciszy (1) 3.30 Ultima Thule – dramat obyczajowy, Polska 2023, 85 min 4.55 Meduzy 5.05 Powrót (1) – kom.	 20.00 Kontyngent (5) – Szwecja 2025 Serbscy ekstremiści biorą czterech żołnierzy na zakładników. Pułkownik Andreasson musi zdecydować, czy spełnić żądania porywaczy, czy odmówić negocjacji. 20.45 Morderstwo w ambasadzie – film kryminalny, Wielka Brytania 2025, 85 min 22.10 Smashing Machine – dramat biograficzny, USA 2025, 120 min 0.10 Syn przeznaczenia – horror, Wlk. Bryt./Francja 2025, 90 min	 17.55 Kaskader – USA 2024, 125 min Po kontuzji Colt porzuca karierę kaskadera i ukołochana, kamerzystkę Jody. Osiemnaście miesięcy później dostaje misję, do której zależy los jej reżyserskiego debiutu. 20.00 Sojusznicy – komedia sensacyjna, USA 2025, reż. Ilya Naishuller, 115 min 21.55 Ród smoka 3 (6) – serial fantasy, USA 23.00 Blade Runner 2049 – film s.f., USA/Wielka Brytania/Węgry 2017, 160 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
8.55 Dom nad rozlewiskiem (6, 7) – serial obycz., Polska 11.05 Agenci NCIS 11 (6-8) 14.00 Szpital nadziei 5 (5) 15.00 Wspólny dom na święta – dramat obyczajowy, Kanada 2023, 120 min 17.00 Gwiazdka w Cape Cod – dramat obyczajowy, USA 2021, 120 min 19.00 Dr House 3 (23) – obycz. 20.00 Dowody zbrodni 3 (14, 15) – serial kryminalny 21.55 Rekrut (18) – serial krym. 22.55 Agenci NCIS 11 (6-8) 1.40 Dowody zbrodni 3 (14, 15) – serial kryminalny 3.25 Zaklinacze koni 4 (4, 5)	8.45 Bajer z Bel-Air 6 (9, 10) 9.45 Prawo Agaty 4 (2) 10.40 Pełniejsza chata (13) 11.20 Pełniejsza chata 2 (1) 11.55 Teraz albo nigdy! 2 (10, 11) – obycz., Pol. 2008 13.50 Bajer z Bel-Air 6 (9-12) 15.45 Pełniejsza chata (13) 16.25 Pełniejsza chata 2 (1-3) – serial komediowy, USA 18.10 Kopciuszek: Roztańczona historia – komedia muzyczna, USA/Kanada 2008, 110 min 20.00 Uznany za niewinnego – film krym., 1990, 145 min 22.25 Rzeką tajemnic – dramat sensacyjny, 2003, 170 min	8.00 Gru i Minionki: Pod przykrywką – film animowany, 2024, 90 min 9.30 Lupa capu – pr. rozrywk. 9.35 Wszyscy święci – film obycz., Polska 2002, 75 min 10.50 Moje pieczone kurczaki – film obycz., 2002, 65 min 11.55 Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa 13.35 Saga „Zmierzczeni”: Zacmienie – film fantasy, USA 2010, 120 min 15.35 Premierowa jazda – mag. 15.50 Saga „Zmierzczeni”: Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011, 115 min 17.45 Hollywood Buzz – mag. 18.10 Lupa capu – pr. rozrywk. 18.15 Kopniaki w czasie 19.55 Lupa capu – pr. rozrywk. 20.00 Roccinica – thriller, USA 21.50 Miasteczko Shelby Oaks – horror, Belgia/USA 2024, 90 min 23.20 Piła 4 – thriller, USA/Kanada 2007, 90 min 0.50 Zapiski śmiertelnika – komediodramat, Polska 2025, 95 min 2.25 Wyrwa – thriller, Polska 4.00 Ludzie – dramat wojenny, Polska 2023, 120 min	9.50 Miasta rytm (3) – serial dokumentalny, Polska 2020 11.00 Naruto 3 (21-26) – serial anime, Japonia 2003-2004 14.00 13 posterunek 2 (19-21) – serial komediowy, Polska 15.45 Hot Roads Najniebezpieczniejsze drogi świata 4 (1, 2) – serial dokumentalny, Niemcy 2024 17.45 The Office Pt. 3 (1-4) – serial komediowy, Polska 2023 20.00 Edukacja XD (7-10) – serial komediowy, Polska 2025 Malcolm i Stomil ruszają do Antwerpii, by odnaleźć przedwojennego właściciela atrakcyjnych gruntów. 22.00 Koniec lata (2) – serial kryminalny, Szwecja 2023 23.00 Premiera: Spartakus: Bogowie areny (4) – serial historyczny, USA 2011 23.55 Blizna (3, 4) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024 1.50 Szaleństwo imprez i raj. Historia Ibizy – film dokumentalny, Niemcy 2024 2.40 Prosta sprawa (5, 6) – serial krym., Polska 2024 4.55 Premierowa jazda – magazyn 5.15 Złomol (3) – serial dokumentalny, Polska 2019	6.00 Złomol (6) – serial dok. 7.00 Lotnisko na Alasce 3 (2) 8.00 Porzucone konstrukcje (9) – serial dok., Wlk. Bryt. 9.00 Okrety wojenne (7) – dok. 9.55 Co poszło nie tak 3 (4) 11.00 Kolegium żużlowe 13.00 Wolne duchy. Starcie z żywiołami (8) – dok. 13.55 Chwila prawdy (3) – dok. 15.00 Okrety wojenne (8) – dok. 16.00 Lotnisko na Alasce 3 (3) 16.55 Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.00 Porzucone konstrukcje (10) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.55 Chwila prawdy (2) – dok. 19.50 Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League (3) – serial dok., Wlk. Bryt. 20.50 Co poszło nie tak 4 (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024 22.00 Porzucone konstrukcje (2) – serial dok., Wlk. Bryt. 23.00 Lotnisko na Alasce 3 (1) – serial dokumentalny, USA 0.00 Zabójcze drogi (3) – dok. 1.05 Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia (2) – dok. 2.00 Polska z góry: Stadion (4) – serial dok., Polska 2024 2.40 Przykrzykownicy. Podwójna gra (3) – dok. 3.45 Zwierzęta Wajraka 2 (6, 7) – serial dok., Pol. 2021 4.55 Pogotowie remontowe Wieśka 3 (7, 8) – mag.	8.05 Na planie 23 (30) – mag. 8.35 Jasiełka wszech czasów – kom. przyg., 2024, 95 min 10.10 Eddie zwany Orlem – biograf, 2016, 105 min 11.55 Gracze (5, 6) – serial kom. 12.50 Kochanek królowej – dram. hist., 2012, 130 min 15.00 La Grazia – dramat obycz., Włochy 2025, 130 min 17.10 Spider-Man 3 – film przygodowy, 2007, 140 min 19.30 DMZ (3, 4) – serial sens. 21.25 Koszmar minionego lata – horror, USA/Australia/Kanada 2025, 110 min 23.15 30 dni mroku – horror, 2007, 110 min
AXN BLACK	POLSAT SERIALE	CANAL+ SERIALE	CANAL+ SERIALE	HBO 3 HD	
8.45 Zagadki z przeszłości 2 (18) – przyg., Fr./Niem./Kan. 9.45 Gwiazdne wrota 6 (1-3) 12.45 Kobra – oddział specjalny 12 (4) – sens. 13.45 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (23) – sens., USA 14.50 Drużyna A 3 (15) – sens. 15.50 Nieustraszoney 2 (8) 16.55 Zagadki z przeszłości 2 (19) – przyg., Fr./Niem./Kan. 18.00 Gwiazdne wrota 6 (4-6) 21.00 Saga „Zmierzczeni”: Zacmienie – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade, 145 min 23.25 Spider-Man Uniwersum – film anim., 2018, 145 min	6.00 Kabaretowa Ekstraklasa (71) – pr. rozr. 6.05 Gliniarze (214-216) – serial paradoksm., Polska 2018 9.05 Strażnik Teksasu (13-16) – serial sensacyjny, USA 13.00 Kowalscy kontra Kowalscy (17-20) – obycz. 15.00 Świat według Kiepskich (441-444) – kom., Pol. 2014 17.00 Columbo (40, 49) – krym. 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (179-182) – serial kryminalny, USA 0.50 Ślad (78, 79) – krym., Pol. 2.50 Święty (244, 245) – kom. 4.00 48h. Zaginięcia (141, 142) – serial kryminalny, Polska	22.00 Koniec lata (2) – serial kryminalny, Szwecja 2023 23.00 Premiera: Spartakus: Bogowie areny (4) – serial historyczny, USA 2011 23.55 Blizna (3, 4) – serial sensacyjny, Hiszpania 2024 1.50 Szaleństwo imprez i raj. Historia Ibizy – film dokumentalny, Niemcy 2024 2.40 Prosta sprawa (5, 6) – serial krym., Polska 2024 4.55 Premierowa jazda – magazyn 5.15 Złomol (3) – serial dokumentalny, Polska 2019	10.40 Duża ryba – komediodramat, USA 2003, 125 min 12.45 Harry Potter i Zakon Feniksa – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2007, 135 min 15.00 Harry Potter i Książę Półkrwi – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2009, 150 min 17.30 Srebrna Gwiazda – dram. obycz., USA 2024, 100 min 19.10 Biały Łotos 2 (3) – kom. 20.10 Stamtąd (5) – serial grozy 21.00 To: Witajcie w Derry (4) 22.00 Tokyo Vice (4) – krym. 22.55 Porządny człowiek (1) 23.40 Jakaś inna kobieta – thriller, USA 2023, 85 min		

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM HD	COMEDY CENTRAL HD	TVN FABUŁA HD	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA DVB-T2
6.05 Górale (30-32) – serial dokumentalny, Polska 7.25 Doktor Martin (49) – serial obyczajowy 8.30 Przyjaciółki (161, 162) – obycz., Pol. 10.25 Świat według Kiepskich (18, 19, 109, 110, 198, 199, 132) – serial kom., Pol. 14.35 Drapacz chmur – film sensacyjny, USA 2018, 125 min 16.40 Piąta fala – film s.f., USA 2016, reż. J. Blakeson, wyk. Chloë Grace Moretz, 135 min 18.55 Dywizjon 303. Historia prawdziwa – film wojenny, Polska 2018, 125 min	6.00 Tata ma plan 4 (9, 10) – serial komediowy, USA 2020 7.00 Dwóch i pół 8 (2-5) – serial komediowy, USA 2010 8.55 Przyjaciele (7-12) – serial komediowy 11.55 Teoria wielkiego podrywu 10 (17-22) – serial komediowy, USA 2016-2017 14.30 Dwóch i pół 8 (6-9) – serial komediowy, USA 2010 16.30 Przyjaciele (13-18) – serial komediowy, USA 1995 19.30 Teoria wielkiego podrywu 10 (23, 24) – serial komediowy, USA 2016-2017	5.05 Szkoła (801) – serial paradokum. 6.00 Szkoła filmowa (1) 6.30 Alfabet filmowy (30) 6.45 Zakochani po uszy (119, 120) – telen., Pol. 7.45 Detektywi (137-140) – serial fab.-dokum. 9.50 Prawo Agaty 5 (1) – serial obycz., Polska 10.55 Lekarze (8) – obycz. 11.55 Zagadki Hailey Dean: Randka ze śmiercią (22, 23) – telen. 13.55 Prawo Agaty 4 (13) – serial obycz., Polska 14.55 Detektywi – fab.-dok. 16.00 Na Wspólnej (15, 16) – serial obycz., Polska 17.05 Absolwenci (4) 17.45 Miss agent – komedia sensacyjna, USA 2000, 135 min	6.05 Falszerstwo (5) – serial kryminalny, Fr. 6.55 Zagadki Hailey Dean: Nawiedzony dom – film kryminalny, USA 2017, 110 min 8.45 Morderstwa w górach Vercors – film kryminalny, Francja 2019, 125 min 10.50 Mentalista 3 (19-22) 14.30 Zagadki Hailey Dean: Randka ze śmiercią – film krym., USA 2017, 110 min 16.20 Broceliande – thriller, Francja 2016, 120 min 18.20 Mentalista 3 (23, 24) – serial kryminalny 20.10 Mentalista 4 (1, 2) – serial kryminalny	7.15 Podróże kapitana Klipera (2, 3) – anim. 7.40 Bolek i Lolek (11, 12) 8.00 Żegnaj, Ameryko! – film obycz., Niemcy/ Polska 1994, 105 min 9.45 To nie ze mną 2 (9, 10) – serial obycz. 10.55 Syn szczęścia – film krótkometraż., 2024 11.15 Stara baśń – film kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, 150 min 13.45 Quo vadis (1/2) – dramat historyczny, 2001, 115 min 15.40 Papierowe małżeństwo – kom. obycz., Polska/Wlk. Bryt. 1991, 100 min 17.20 Cztery pancerni i pies (2, 3) – wojenny	6.00 Kabaretowe hity (2) – program rozrywkowy 6.50 Wojciech Ciejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Pol. 7.50 Robert Makłowicz (214, 207) – mag. kulin. 9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (8) – serial krym., Australia 10.50 Górski lekarz (12, 13) – serial obycz., Niemcy 12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (9) – serial krym., Australia 14.00 Zajazd. Będzie się działo (8, 9) – obycz. 16.00 Katastrofy w przestworzach (4, 1) – serial dok., Kan. 19.00 Aukcja w ciemno 2 (22, 23) – serial dokum.
PRZYGODOWY	KOMEDIOWY	SCIENCE FICTION	KRYMINALNY	KRYMINALNY	SENSACYJNY
21.00 Król Skorpion – USA/Niemcy/Belgia 2002, 110 min Mathayus uprowadza wieszczkę, która pomaga tyranowi w podbojach. Kobieta przepowiada porywaczowi, że zginie w bitwie. Wojownik chce zmienić przeznaczenie. 22.50 Siedmiu wspaniałych – western, USA/Australia 2016, 165 min 1.35 Fala zbrodni (88, 89) – serial sens., Pol. 2007 3.35 Ślad (42, 43) – krym. 5.30 Na ratunek 112 (883)	20.25 Teoria wielkiego podrywu 11 (1-4) Sheldon oświadcza się Amy. Bernadette dowiaduje się, że znów jest w ciąży. Nie cieszy jej jednak ta wiadomość. Raj próbuje namówić na randkę doktor Nowitzki. 22.00 The Office PL 3 (7, 8) 23.05 Comedy Club 9 (7, 8) 0.05 Miasteczko South Park 4 (6, 7) 1.00 Pracoholicy 5 (8, 9) 2.00 Śmieszniej nie będzie 2 (17, 18) 3.00 Miasteczko South Park 4 (3-5) 4.30 Comedy Club (4-6)	20.00 Bumblebee – Chiny/USA 2018, 155 min Lata 80. XX w. Nieśmiała nastolatka Charlie postanawia odnowić starego garbusa. Wkrótce zdaje sobie sprawę, że jej żółty pojazd nie jest zwykłym autem. 22.35 Kolor purpury – dramat obyczajowy, USA 2023, 170 min 1.25 Ruchomy chaos – film przygodowy, USA/Kan./Hongkong 2021, 135 min 3.40 Zawieruchy przepis na kino (19) – program rozrywkowy	22.00 Niewidomy detektyw (8) – Austria/Niemcy 2023 Alex i jego partner Niko udają się do regionu znanego z winiarni. Został tam porwany młody mężczyzna, a jego matkę bardzo zależy o odplaceniu okupu. 23.55 Bellefond (4) – krym. 1.55 Zabójstwo w lesie Broceliande – thriller, Francja 2016, 120 min 3.55 Zagadki Hailey Dean: Randka ze śmiercią – film kryminalny, USA 2017, 135 min	20.00 Czerwony kapitan – Czechy/Słowacja/ Polska 2016, 130 min Rok 1992, Bratysława. Ambitny detektyw Richard Krauz bada sprawę śmierci komunistycznego eksperta od przesłuchań. Ściga na siebie śmiertelne zagrożenie. 22.10 Misja Afganistan (13) – serial wojenny 23.10 Symetria – dramat obycz., 2003, 125 min 1.15 Ciało – komedia, 2003, 145 min 3.40 Ściemna po polsku – komedia obyczajowa, 2021, 140 min	20.00 Najlepsi z najlepszych 4: Bez ostrzeżenia – USA 1998, 115 min Mistrz taekwondo Tommy wchodzi w posiadanie danych wykradzionych gangowi. Bandyci biorą go na cel, by odzyskać materiały potrzebne do produkcji gotówek. 21.55 Saga wikingów – film przygodowy, Szwajcaria/Niemcy/RPA 2014, 115 min 23.50 Silver – film sensacyjny, USA 1993, reż. Philip Noyce, 150 min
CINEMAX HD	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA HD	SCI FI HD	FX HD	FILMBOX+ ONE HD	ROMANCE TV HD
9.45 Sanatorium Athassa 10.15 Ella i John – kom. przyg., Wł./Francia 2017, 115 min 12.10 Incepcja – thriller s.f., USA/Wlk. Bryt. 2010, 145 min 14.35 Panoptikon – obycz., Gruzja/Fr./Wł. 2024, 95 min 16.10 Morze piasku – dramat obycz., Arabia Saudyjska/ Egipt 2023, 125 min 18.15 Piksele – komedia, USA/Chiny/Kan. 2015, 105 min 20.00 Na zły drodze – dramat kryminalny, 2022, 95 min 21.35 Pogubieni – film obycz., Wlk. Bryt., 180 min 0.35 Malu – dramat obyczajowy, Brazylia 2024, 105 min	13.25 Święty (13, 14) – kom., Pol. 14.25 Spadkobiercy (8) – rozr. 15.25 Co ludzie powiedzą? 2 (3) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.05 Jedną nogą w grobie 5 (5) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.55 Czarna Żmija 2 (5) – kom. 17.35 Bob kocha Abishole (8-10) – serial komediowy 19.00 Dwóch i pół 8 (2-5) – kom. 21.00 Świat według Kiepskich (10-12) – serial kom., Polska 22.30 Co ludzie powiedzą? 2 (4) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogą w grobie 5 (6) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.50 Czarna Żmija 2 (6) – kom. 0.30 Comedy Club 4 (8) – rozr.	10.00 Medium 2 (7, 8) – krym. 11.50 Zagubiona tożsamość (5, 6) – serial s.f., USA 2014 13.40 Arktyczny Armagedon – film katastroficzny, USA 2023, 110 min 15.30 Medium 2 (9, 10) – krym. 17.20 Zagubiona tożsamość 4 (7, 8) – serial s.f., USA 2014 19.10 Ameryka tonie – film s.f., USA 2023, reż. Mario N. Bonassini, 110 min 21.00 Bibliotekarze: Nowy rozdział (9) – s.f., USA 2025 22.00 Pompeje – film katastrof., 2014, 130 min 0.10 Dorwać Cartera – film sensacyjny, 2000, 120 min	9.00 Skymed (2) – obycz., Kan. 10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (18, 19) – krym. 11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14) 13.45 Agenci NCIS 10 (23, 24) 15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (20, 21) – krym. 17.25 Z archiwum X (10, 11) 19.15 Agenci NCIS: Sydney (2) 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15, 16) 22.00 Matlock (17) – serial krym. 22.55 Z archiwum X (11) – s.f. 23.55 Punisher – film sens., Niemcy/USA 2004, 150 min 2.25 The Hunting Party (2) 3.25 Agenci NCIS 10 (24)	8.10 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (3) – krym. 9.25 Panna Scarlet i komisarz 2 (4) – krym. 10.20 Panna Marple: Tajemnica rezydencji Chimneys – krym., Wielka Brytania/USA 2010, 120 min 12.20 Hudson i Rex 4 (8, 9) 14.35 Poirot (3) – serial krym. 16.45 Strażnik Teksasu 2 (15, 16) – serial sensacyjny 18.55 Poirot (4) – serial krym. 20.00 Igrzyska śmierci – dram. s.f., USA 2012, 180 min 23.00 Igrzyska śmierci: Kosogłos. Część 2 – dram. s.f., 2015, 180 min	12.20 Inga Lindström: Spotkanie nad morzem – film obycz., 2003, 115 min 14.15 Rosamunde Pilcher: Lato nad morzem – film obyczajowy, Niemcy 1995, 115 min 16.10 Toni – akuszer. Ucieczka z gniazda – komedia, Niemcy 2021, 110 min 18.00 Górski lekarz (174, 175) 20.00 Tajne komando „Rodzina” – komedia, Niemcy 2022, 115 min 21.55 Pokój ze stajni: Co za cyrki! – komedia, Niemcy 2022, 115 min 23.50 Górski lekarz (174, 175)
CINEMAX 2 HD	VIAPIC EPIC DRAMA HD	NOVELAS+ HD	FX COMEDY HD	FILMBOX+ HITS HD	PARAMOUNT NETWORK HD
13.00 Imię – komedia, Francja/Belgia 2012, 110 min 14.50 Sześć stóp nad ziemią – film obycz., 2023, 100 min 16.30 Ciche życie – dramat obyczajowy, Fr./Szwecja/ Niemcy 2024, 100 min 18.10 Maxine – dram. obycz., Wielka Brytania, 140 min 20.30 Nigdy więcej słońca – dramat fantasy, Serbia 2024, reż. David Jovanovic, wyk. Dusan Jovic, 75 min 21.45 Seks – melodramat, Norwegia 2024, 120 min 23.45 Nikt mnie nie kocha – dram. psycholog., Czechy/Fr./Słowacja 2024, 105 min	9.35 Wszystkie stworzenia duże i małe 3 (4) – obycz. 10.35 Lekarze na start (11, 12) 12.05 Zatrącenie w miłości (48) 13.10 Marlow: klub zbrodni 2 (4) – krym., Wlk. Bryt./USA 14.10 Agenci NCIS 17 (7) 15.05 Panna Marple: Dom niespokojnej starości – film kryminalny, Wielka Brytania 2006, 115 min 17.00 Poirot 12 (4) – serial krym. 19.00 Agenci NCIS 17 (8) 19.55 Poirot 3 (10) – serial krym. 21.00 Sprawy pana Booka (6) 22.10 Robin Hood (4) – przyg. 23.15 Poirot 3 (10) – serial krym. 0.20 Agenci NCIS 17 (8)	10.00 Opowieść o wyspie (7) 11.00 Otchłani namiętności (130) – telen., Meksyk 2012 12.00 Za wszelką cenę (100) 13.00 Róże i grzechy (29) 14.00 Historia Juany (57, 58) 16.00 Róże i grzechy (30) 17.00 Za wszelką cenę (101) 18.00 Otchłani namiętności (131) – telen., Meksyk 2012 19.00 Macocho (40) – telenowela 20.00 Opowieść o wyspie (8) 21.00 Historia Juany (58) 22.00 Róże i grzechy (30) 23.00 Za wszelką cenę (101) 0.00 Otchłani namiętności (131) – telen., Meksyk 2012 1.00 Macocho (40) – telenowela	13.30 Wszyscy kochają Raymondą 8 (20-23) 15.30 Wszyscy kochają Raymondą 9 (1) – kom. 16.00 Simpsonowie 32 (5-8) 18.00 Jak poznałem waszą matkę 4 (18-20) – kom. 19.30 Współczesna rodzina 9 (17-19) – serial komediowy 21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (4, 2) 22.00 Epoka lodowcowa 4: Wędrówka kontynentów – film animowany, 2012, 100 min 23.40 Simpsonowie 32 (1, 2) 0.40 Family Guy: Głowa rodziny 19 (18-20)	14.35 Magiczny świat Davida Copperfielda – film familijny, Wielka Brytania/USA 2019, 135 min 16.50 Wampirzyce – horror komediowy, 2012, 105 min 18.35 10 rzeczy do zrobienia, zanim zerwiesz – kom. romant., USA 2020, 85 min 20.00 Ostatni gliniarz – komedia kryminalna, Niemcy 2019, 115 min 21.55 Szukając prawdy – dramat kryminalny, USA 2020, 110 min 23.45 Bardzo grzeczne dziewczyny – dramat obyczajowy, 2013, 100 min	9.25 Policja grupa pościgowa 17 (9) – dok. 10.30 Kobiety – komediodramat, USA 2008, 150 min 13.00 Czarodziejki 4 (19, 20) 14.55 Naga brzoń: 2 akt FILM Wydział Specjalnego – komedia kryminalna, USA 1988, 115 min 16.50 Transformers: Zemsta Upadłych – film s.f., USA 2009, 190 min 20.00 Transformers 3 – film s.f., USA 2011, 190 min 23.10 Fatalne zauroczenie – thriller, USA 1987, 145 min 1.35 Pulp Fiction – dramat sensacyjny, 1994, 205 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD
7.00 Commonwealth Games – Glasgow 2026 – mag. sportowy
8.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – 3. dzień
11.30 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 2. dzień
13.30 Kolarstwo: Tour de France – podsumowanie
14.30 Kolarstwo: Tour de l'Ain – 2. etap
16.00 Kolarstwo: Tour of Denmark – 1. etap
17.45 Żeglarsstwo: SailGP w Portsmouth
18.45 Szermierka: MŚ – Hongkong 2026 – 5. dzień



LEKKOATLETYKA
20.00 Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 3. dzień
Złotego medalu w rzucie dyskiem broni reprezentujący Australię Matthew Denny.
22.45 Szermierka: Mistrzostwa świata – Hongkong 2026 – 5. dzień
0.30 Kolarstwo: Tour de l'Ain – 2. etap
1.30 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 3. dzień
3.00 Kolarstwo: Tour de l'Ain – 2. etap

EUROSPORT 2 HD
13.45 Snooker: Turniej Shanghai Masters – 3. dzień
17.00 Triathlon: T100 World Tour – Pampeluna
18.30 Kolarstwo: Tour de l'Ain – 2. etap
19.30 Kolarstwo kobiet: Tour de France – magazyn
20.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – 3. dzień
22.00 Discovery golf – mag.
22.30 Kolarstwo: Tour of Denmark – 1. etap
23.00 Formula E: ePrix Japonii – podsumowanie
0.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 3. dzień

POLSAT SPORT FIGHT HD
11.55 Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Arnold Allen – Melquizael Costa
14.05 Strzelnica Navala (5)
14.40 Sporty walki: FEN 56 we Wrocławiu – walka: Tomasz Ostrowski – Łukasz Stankiewicz
16.40 Boks: Babilon Boxing Show w Żyrardowie: Paweł Stępień – Łukasz Staniach
19.05 Sporty walki: Babilon MMA 47 w Wieliczce: Rafał Dudek – Anatoly Hunanyan
21.15 Strzelnica Navala (6)
21.50 Boks: Rocky Boxing Night w Sopocie: Nikodem Jęzowski – Marko Calic
0.20 Sporty walki: UFC 321

POLSAT SPORT 1 HD
8.45 Siatkówka mężczyzn: LN – ćwierćfinał Chiny, pomimo słabych występów w fazie interkontynentalnej, zagrają w fazie finałowej jako gospodarz
13.15 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz ćwierćfinałowy
15.00 Siatkówka mężczyzn: LN
17.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 2. rundy
19.00 Piłka nożna: Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA – studio



PIŁKA NOŻNA
20.00 Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA: Górnik Zabrze – Fenerbahçe SK
Górnik Zabrze nie miał najlepszego losowania. Jego pierwszym przeciwnikiem w walce o upragniony udział w Lidze Mistrzów jest aktualny wicemistrz Turcji.
22.00 Piłka nożna: Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA – studio
23.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 2. rundy
1.00 Boks

POLSAT SPORT 2 HD
8.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – 1. runda
10.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – 1. runda
12.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
15.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
17.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
19.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – 2. runda
21.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – 2. runda
23.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie
1.00 Sporty walki: FEN

POLSAT SPORT 3 HD
11.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie
13.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
15.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej
17.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
19.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
21.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
1.00 Sporty walki: Babilon MMA

CANAL+ SPORT HD
6.00 Liga+ – magazyn piłkarski
7.15 Wysoki Pressing – magazyn sportowy
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Atletico Madryt – Real Madryt CF
11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa
13.40 Ekstrapaka – magazyn piłkarski
14.40 Bohater z Cienia: Wisła Kraków; Śląsk Wrocław
15.40 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Atletico Madryt – Real Madryt CF
18.00 1 na 1 Extra: Piotr Rutkowski – magazyn sportowy



MAGAZYN PIŁKARSKI
19.00 Ekstraklasa po godzinach
Obok poważnych analiz spotkań minionego weekendu, autorzy programu z przymrużeniem oka i nutą ironii prezentują też ciekawostki z ligi.
20.00 Premier League Stories (51) – mag.
20.40 Liderzy. W centrum gry (5) – dok., Polska
21.35 Na pierwszym planie (1) – dok., Pol.
22.20 Boks: BKFC Fight Night: Urugwaj – waga lekka: Gaston Reyno – Josh Krejci
0.30 Ekstrapaka – mag.

CANAL+ SPORT 2 HD
8.30 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda
10.45 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda
13.00 8 wspaniałych (8, 5)
14.30 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 1. runda
17.00 Tenis: Turniej WTA
19.15 8 wspaniałych (5) – dok.
20.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda
22.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda
0.15 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda
2.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa

CANAL+ SPORT 5 HD
9.00 Wysoki Pressing – mag.
10.40 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa
13.00 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Dakar Developmental Stal Rzeszów – INNPROW Rybnik
15.45 Na pierwszym planie (1)
16.35 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa
19.00 Żużel – 2. runda w Bydgoszczy
22.25 Premier League Stories
23.05 Liderzy. W centrum gry
0.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa
2.30 Boks: BKFC Fight Night: Urugwaj: G. Reyno – J. Krejci

TVP SPORT HD
5.45 Sportowy wieczór – program inform.
6.15 Retro TVP Sport (5) – magazyn sportowy
8.20 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026: Meksyk – Anglia
10.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału: Argentyna – Egipt
12.50 Pierwsza Dama – film dok., Pol. 2017
14.00 Pełnosprawni (662) – magazyn
14.30 Lekkoatletyka: Mistrzostwa Polski w Białymstoku 2026 – podsumowanie
16.30 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne – podsumowanie



PIŁKA NOŻNA
18.00 Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA – mecz 2. rundy: Lech Poznań – Aarhus GF
Przeciwnicy Kolejorza zdobyli tytuł mistrza Danii po czterdziestu latach przerwy. Poznański Lech chce odebrać im marzenia o zawojowaniu Champions League.
21.45 Sportowy wieczór – program inform.
22.15 Kamera TVP Sport
23.30 Boks: Gala w Nowym Jorku – podsumowanie
1.40 Boks: Gala w Tokonomie – podsumowanie

EXTREME CHANNEL HD
10.00 AMA Motocross Series Highlights 2017 (12)
11.00 X Games – Norway (3)
12.00 Drift Style (6, 7) – mag.
13.00 IMMAF European Open
14.00 WWE Highlights (40)
14.20 WWE Classic (84)
14.35 WWE Highlights (42)
15.05 WWE Classic (86)
15.50 WWE Highlights (50)
17.00 KPW Kombat TV (8)
18.00 WWE Highlights (44, 45)
18.50 WWE Classic (40)
20.00 AEW PPV (11)
1.00 New Japan Wrestling – Highlights (29, 30)
2.00 AMA Motocross Series Highlights 2017 (12)

ELEVEN SPORTS 4 HD
12.00 Werder Double – dok.
13.00 Made in Italy (15-18)
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – 1. FC Heidenheim
16.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lens – Nantes
18.00 Ligue 1 Show (35) – mag.
18.30 Bundesliga Special
20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: AVS Futebol SAD – FC Porto
22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Hellas – Milan
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Eintracht
2.00 HMH – Hamburger SV
2.40 Werder Double – dok.

ELEVEN SPORTS 1 HD
6.00 Najlepsi bramkarze Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski
6.40 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfL Wolfsburg – Bayern
9.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – Parma Calcio 1913
11.00 GP Confidential – magazyn Formuły 1
11.35 Made in Italy (8) – magazyn piłkarski
11.55 Piłka nożna – mecz towarzyski: Cerezo Osaka – BVB
14.00 Formula 1: Grand Prix Węgier
16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Torino – Inter



PIŁKA NOŻNA
18.00 Mecz towarzyski: Cerezo Osaka – BVB
Wicemistrzowie Niemiec przystępują do pierwszego sprawdzianu w ramach japońskiego tournée.
20.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag.
20.40 Formula 1: GP Węgier
22.40 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością
23.20 Ligue 1 Show (35)
23.55 Bundesliga Special (21) – mag. piłkarski
1.00 Bundesliga Original Series

ELEVEN SPORTS 2 HD
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Mainz – Bayern
14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Cagliari
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: VfL Wolfsburg – Bayern
18.00 Formula 1: GP Węgier
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Parma Calcio 1913
22.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski
22.50 Made in Italy (19, 18, 17, 16) – mag.
0.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Porto – CD Santa Clara

ELEVEN SPORTS 3 HD
11.00 Bundesliga Special
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Bologna
14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Multiplex
16.00 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – dok.
16.30 Ligue 1 Show (35) – mag.
17.00 Made in Italy (15-18)
18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Napoli – Bologna
20.00 Goal Arena Bundesliga
22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lens – Nantes
0.00 Birds of paradise – dok.
0.35 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – mag.

Discovery CHANNEL HD
8.00 Poszukiwacze kamieni szlachetnych (11)
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 8
10.00 Stacja Alaska – dok.
11.00 Przetwać nad Jukonem – serial dok.
12.00 Celnicy na straży Turcji (8) – serial dok.
13.15 Nagi instynkt przetrwania: Brazylia – serial dok.
14.30 Strażacy (2) – dok.
15.00 Złomowisko PL 7 (7)
16.00 Bimbrownicy 14 – serial dokum.
17.00 Przemysłnicy: na lotnisku – dok.
18.00 Lotnisko (7) – dok.
19.00 Złomowisko PL 4 (3-5) – serial dokum.



REALITY SHOW
22.00 Premiera: Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata
Nie każdy z uczestników potrafi używać prymitywnej broni. Kłopoty ze zdobyciem pożywienia stają się na tyle poważne, że muszą interweniować ratownicy.
0.00 Policjanci z Kent
1.00 Hotrod wg Kindiga 7 – serial dok.
2.00 Mistrzowie logistyki (15) – dok.
3.00 Alarmowy 091 – policjanci z Hiszpanii (10) – dok.

life DISCOVERY LIFE HD
7.15 Nowa Maja w ogrodzie
8.15 Szpital (532, 533)
10.15 Nowa Maja w ogrodzie
11.15 Idealna niania 4 (8, 9)
12.45 Klinika naturalnego piękna (8-10, 1)
14.45 Szpital (531, 532)
16.45 Idealna niania 4 (7-10)
19.45 Zrób coś z tym dzieckiem (5) – mag.
20.15 Milosny znak zodiaku (3)
21.15 Nie do uwierzenia! (6-8)
0.15 Sekrety lekarzy (12)
1.15 Druga twarz 3 (2) – rozr.
2.15 Eks-tra zmiana (7) – rozr.
3.00 Związki z modą (5) – rozr.
3.45 Szpital (373, 374)
5.15 Klinika urody (10) – mag.

CANAL+ DOKUMENT HD
11.35 Dzika fauna śródziemnomorska (1-3)
14.30 Mozart. Narodzin geniusza (1-3) – film dok.
17.50 Oscar Schindler: trudne dziedzictwo – film dok.
18.45 Sykstyński – film dok.
19.50 Tepui – wyprawa do domu bogów – dok.
20.50 Ameryka Łacińska: Tak daleko od Boga, tak blisko USA (1-3) – dok., Fr.
0.00 Ostatni bój. Legenda 300 Spartan – film dokum.
1.00 Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia (1) – dok.
1.45 O co biega? (18) – mag.

STACJE POPULARNONAUKOWE

DISCOVERY SCIENCE HD	ID HD	NATIONAL GEOGRAPHIC HD	FOKUS TV DVB T2	TVP HISTORIA DVB T2	HISTORY HD
6.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada 8.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny 11.00 Pogromca mitów w akcji (2) – serial dokum., USA 2019 13.00 Podziemne sekrety – serial dokumentalny 15.00 Jak działa wszechświat? 6 – serial dokumentalny, USA 2018 17.00 Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny, USA 2019 18.00 Jak to jest zrobione? – serial dokumentalny, Kanada	6.00 Demony Hollywood – serial dokum. 8.00 Żyjąc z potworem – serial dokumentalny 10.00 Nazywali go Mosty Harmless – film dokumentalny, USA 2024 12.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet – serial dok. 14.00 Także martwi znają prawdę – serial dok. 16.00 Morderca jest wśród nas – serial dokumentalny, USA 18.00 W sieci klamstw – serial dokumentalny 20.00 Prawdziwy koszar w ulicy Wiazów – serial dokum.	10.00 Porzucone konstrukcje (5) 11.00 Plemienna szkoła przetrwania (6) 12.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (2, 4, 6) – serial dokum. 15.00 Katastrofa w przestworzach (1) 16.00 Złapać przemytnika (2) – serial dok., USA 17.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic (3) – dok. 18.00 Tajemnice wojennych wraków (6) – dok., Wlk. Bryt. 19.00 Pustynna porażka Hitlera – film dokum., Francja 2021 20.00 Katastrofa w przestworzach (8) – serial dokumentalny	6.00 Wehikuł czasu (729) 6.05 48h. Zaginięni (77) – serial krym., Polska 7.00 Była sobie Ziemia 8.55 Wehikuł czasu (729) 9.00 Starożytni kosmici (17) – serial dok., USA 10.00 Gwiazdy lombardu (21, 22) – reality show 12.00 W kręgu zła: Ludzie Hitlera (8) – serial dok. 13.00 Poszukiwacze historii (9, 10) – dok. 14.00 Łowcy nazistów (3, 4) – dok., Wlk. Bryt. 16.00 Dorwać tuńczyka (9, 10) – serial dok. 18.00 Rolnicy. Podlasie (44, 45) – serial dok. 20.00 Galileo 28 (5) 21.00 Skanowanie historii (6) – serial dokum.	6.55 Był taki dzień 7.05 Wojownicy czasu 9.00 Tajemnicza Enigmy (3) – serial hist., Polska 9.40 Saga rodów Pawlaków i Karguli 10.05 Wyspa władców 10.55 Wenecja, miasto wyrosłe z bagien 11.55 Wszystkie kolory świata – dok., Francja 12.55 Starożytny Egipt – kroniki imperium (4) – serial dok. 14.00 Królowie (68) – hist. 14.35 Cztery pancerni i pies (11) – wojenny 15.35 Sensacje XX wieku 18.10 Tajemnicza Enigmy (4) – serial hist., Polska 19.05 Wszystkie kolory świata – dok., Francja	12.10 Gwiazdy lombardu 25 (1) 13.05 Starożytni kosmici 17 (1) – dok. 14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 7 (9) – serial dok., USA 14.50 Największe tajemnice świata 5 (11) – serial dok., USA 15.45 Gwiazdy lombardu 13 (23) 16.15 Gwiazdy lombardu 25 (13) – reality show 17.10 Tajne kryjówki dyktatorów (2) – dok. 18.10 Największe tajemnice świata 6 (20) – serial dok., USA 19.05 Starożytni kosmici 17 (14) – dok.
DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	DOKUMENTALNY	SENSACYJNY	DOKUMENTALNY
21.00 Na tropie legendarnych potworów Grupa ekspertów zweryfikuje doniesienia o człowieku-ćmie, którego rzekomo widziano w Wirginii Zachodniej w USA. Kolejna zagadka dotyczy diabła z New Jersey. 23.00 Tajemnice Alaski – serial dokumentalny 1.00 Jak działa wszechświat? 6 – serial dokumentalny 3.00 Jak działa wszechświat? – dok. 4.00 Podziemne sekrety (8) – serial dok., USA	21.00 Premiera: Ciała w wodzie: Cicha woda, cichy zabójca – USA 2024 W spokojnej okolicy Alum Creek ktoś natrafia na porzuconą wannę, w której znajdują się ludzkie szczątki. Makabryczne odkrycie uruchamia policyjne śledztwo. 22.00 Detektyw Joe Kenda: kamień we krwi – film dokum., USA 2023 0.00 Zbrodnie godne Hollywood 5 – dok. 1.00 Ciała w wodzie – serial dokumentalny	21.00 Ukryte pod miastami (9, 10) Prowadzone w Polsce wykopaliska odsłaniają grób z rzezbą rycerza. Z kolei rozbiórka angielskiego kościoła ujawnia rzymskie ruiny z trzema popiersiami. 23.00 Pompeje: Podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (1) 0.00 Katastrofa w przestworzach (1) 1.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (1, 2) – serial dokum. 3.00 Car S.O.S (8, 9) – dok.	22.00 Tajne bazy nazistów (5, 6) – Kanada 2022 W trakcie II wojny światowej naziści kradli wszystko to, co było wartościowe. Po przegranę Hitlera rozpoczął się wyścig z czasem, by ukryć zrabowane rzeczy. 0.00 Starożytni kosmici (5) – serial dokumentalny, USA 2012 1.00 Rolnicy. Podlasie (7-10) – serial dokumentalny, Polska 5.00 Kolowrotek (2, 3) – magazyn wędkarski	20.10 Oficerowie (7) – Polska 2006 Pracująca w klinice siostra Teodozja rozpoznaje na zdjęciu Jakuba Monda, który ją zaatakował. Mężczyzna zostaje aresztowany. Zakonnica wyjeżdża do Indii. Oficerowie tracą jedyne świadka. 21.05 Zapomniane agentki II wojny światowej (5) – hist. 22.05 Okrucy śmierci i życia – reportaż, Pol. 23.05 Sensacje XX wieku 1.05 Encyklopedia II wojny światowej 1.35 Oficerowie (7) – sens.	20.00 Starożytni kosmici 16 (20) Puma Punku w Boliwii składa się z precyzyjnie wyrzeźbionych kamiennych bloków. Twórcy programu analizują, czy nowe technologie mogą wyjaśnić ich pochodzenie. 21.00 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (8) – dok. 22.00 Seksualne obsesje dyktatorów (2): Fidel Castro – dok., Australia 23.00 Tajne kryjówki dyktatorów (2) – dok. 23.55 Jak to wyjaśnić? 5 (7) – serial dok., USA
DISCOVERY HISTORIA HD	PLANETE+ HD	NATIONAL GEOGRAPHIC WILD HD	POLSAT VIASAT NATURE HD	BBC EARTH HD	ANIMAL PLANET HD
9.00 Śmierć Diany: dwa śledztwa (1-4) – serial dok. 13.00 Królestwo dinozaurów – serial dokumentalny, USA 14.00 Łowcy staroci: Renowacje (4, 5) – dok. 16.00 Walka o bagaż – dok. 18.00 Śmierć Diany: dwa śledztwa (1-4) – serial dok. 22.00 Wyciągi po antyki – dok. 23.00 Księżna Diana: Wypadek czy zamach? (1-3) – film dokumentalny 2.00 Było, nie było (6) – dok. 3.00 Mikroprzyroda (2) – dok. 4.00 Pasja – sposób na życie (1) – serial dok., Polska 2015 5.00 Łowcy staroci (15) – dok.	12.35 360° Świat bez granic (8) 13.50 Patagonia. Życie na krańcu świata (3) 14.45 Średniowieczne serce Czech i Moraw (5, 6) 15.50 Niezwykłe podróże koleją 11 (2) – serial dok. 16.55 Świat z góry 7 (1, 12) 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 18.45 Jean-Pierre Léaud. Zbuntowane dziecko kina – film dokum., Fr. 2024 20.05 Komensky. Edukacja tworzy człowieka – dok. 21.15 Superheroes – film dok. 23.10 Krótka historia miłości 0.20 Niezwykłe podróże koleją 11 (3) – serial dok.	8.00 Od małpy do człowieka 9.00 Niezwykły dr Pol 12.00 Zabójcze safari (3) – dok. 13.00 Dzikie lasy Australii 14.00 Najdziwniejsze stworzenia świata 15.00 Dziką konfrontacją (11) 16.00 RPA: kraina skrajności (1) – film dokum., USA 2019 17.00 Humorzyste zwierzęta 18.00 Parki narodowe Ameryki (3) – serial dok. 19.00 Śmierć przychodzi po zmroku (1) – serial dok. 20.00 Królestwo drapieżników (2) – dok. 21.00 Niezwykły dr Pol 2.00 Dzikie lasy Australii	9.35 W okowach mrozu 4 (17) 10.30 Cuda Meksyku (3) – dok. 11.35 W poszukiwaniu irbisów: Pogoń za cieniem (2) – serial dokum. 12.45 W okowach mrozu 4 (17) 13.40 Zabójcza pogoda 2 (4) 14.45 Ręczne potwory 7 (2) 15.50 W okowach mrozu 4 (17) 16.45 Wielka Afryka (3) – dok. 17.55 Rokin alfa – film dokum. 19.00 Ręczne potwory 7 (2) 20.00 W okowach mrozu 4 (18) 21.00 Cuda Meksyku (3) – dok. 22.05 Pantery śnieżne z Danem O'Neillem (1) 23.15 W okowach mrozu 4 (18) 0.15 Zabójcza pogoda 2 (4)	11.05 Skarby przeszłości i ich tajemnice 7 (5) – dok. 12.10 Malownicze trasy kolejowe 4 (8) – serial dok. 13.10 Wielkie koty 24/7 (5) 14.15 W okowach mrozu 4 16.25 Człowiek: historia ewolucji (3) – serial dok. 17.40 Wielkie koty 24/7 (5) 18.45 Malownicze trasy kolejowe 5 (3) – serial dok. 19.45 Pociągami przez Imperium Rzymskie (1) 20.55 W okowach mrozu 5 22.55 Człowiek: historia ewolucji (4) – serial dok. 0.10 Skarby przeszłości i ich tajemnice (5) – serial dok.	13.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok. 14.00 Resocjalizacja z pitbullem 7 – serial dok. 15.00 Kot z piekła rodem 17.00 Na krańcu Alaski – dok. 18.00 Weterynarz z gór 18.45 Skalistych 7 – serial dok. 19.00 Cztery kąty, cztery łapy 20.00 Kot na drzewie – dok. 21.00 Klan z Alaski – serial dok. 22.00 Baseny z rozmachem 23.00 Resocjalizacja z Pit Bullem 4 – serial dok., USA 0.00 Supermocy malych stworzeń – serial dok. 1.00 Irwinowie – następne pokolenie – serial dok.
TVP DOKUMENT HD	POLSAT DOKU HD	POLSAT VIASAT EXPLORE HD	POLSAT VIASAT HISTORY HD	CI POLSAT HD	TRAVEL CHANNEL HD
15.50 Lily Serny sposoby na życie – dok., Australia 17.00 Pociągami dookoła świata (3) – dok., Wlk. Bryt. 17.55 Sanatorium miłości 6 (9) 18.55 Anna. Szczęśliwa i pogodzona – film dok. 20.00 Dzikie życie poza szlakiem – film dokum., Fr. 21.05 Kultowe wyspy Oceanu Indyjskiego (3) – film dok. 22.10 Zagadki zbrodni policji miejskiej (3) – serial dok. 23.20 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn 23.25 Sagrada Familia – wyzwanie dla Gaudiego – film dok., Fr.	8.00 48h. Zaginięni (152, 153) 10.00 Polacy za granicą (47, 48) 12.00 Wojny kontenerowe 13.05 Poszukiwacze historii 14.00 Titanic. Budowa giganta 15.15 Poszukiwacze historii i pogodzona – film dok. 15.40 Jezus i jego życie (3, 4) – serial fab-dok., Wlk. Bryt. 17.35 Walka o światową dominację – film dokum. 18.45 Policjanci (5, 6) – dok., Pol. 19.45 Kolarzanci Hitlera (5) 20.50 1945 – rok, który odmienił historię – dok. 22.00 Potęga i mit hitlerowskiego SS (5) 23.10 Wyspa kanibali – dok., Fr. 0.25 Kroniki Hitlera (5) – dok.	12.20 Złoto Jukonu 2 – dok. 13.15 Gruchoty z kanadyjskiej guszy (5) – serial dokum. 14.10 Australijscy poszukiwacze złota 7 16.05 Drwale z Kolumbii Brytyjskiej 2 (5) – dok. 17.00 Ostatni kapitanowie (4) 18.00 Złoto Jukonu (5) – dok. 19.00 Australijscy poszukiwacze złota 8 21.00 Największe budowle 3 22.00 Australia: polowanie na złoto (4) – serial dokum. 23.00 Tytani KSW (2) – film dok. 0.00 Złoto z mroźnej krainy 0.55 Australijscy poszukiwacze złota 9	9.55 II wojna światowa: końcówka (4) – serial dok. 11.00 Przywódcy III Rzeszy (1) 12.15 Starożytność: zdrady 16.45 II wojna światowa: cena imperium (3) – serial dok. 17.50 Największe postaci zimnej wojny (1) – dok. 18.55 Kryminologia starożytności (2) – dok. 19.55 Ramzes: władca Egiptu (3) – dok., Fr./Wlk. Bryt. 2024 21.00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera (3) – serial dokum. 21.55 Konkwiastodzie: powstanie i upadek (6) 22.55 Przywódcy III Rzeszy (2) 0.00 Starożytność: zdrady	14.10 Morderca z internetu 15.05 Zabójcze wakacje (5) 16.00 Pogrzebani za domem 6 17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 2 (2) – dok. 18.00 Nastoletnie polskie zabójczynie (3, 4) – dok. 19.00 Dowody zbrodni 4 (15) 20.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (13) – dok. 21.00 Nastoletni mordercy: masakra na domówce 22.00 Najgroźniejsi seryjni mordercy (3) – serial dok. 23.00 W cztery oczy z mordercą (3) – dok. 23.55 Kobiety, które niosły śmierć 12 (9) – serial dok.	8.05 Niezwykłe Stany Prokopa (2, 3) – pr. rozr. 10.10 Kobieta na krańcu świata (3-5, 1) – dok., Pol. 12.30 Ciepłarówka przez Stany (2-4) – program rozrywkowy 14.55 Andy Bates i uliczne przysmaki Ameryki 17.00 Włoska podróż pełna smaków (1, 2) – serial dok. 19.00 Nowi badacze UFO (2, 3) 21.05 Bimbrownicy (16, 17) 23.10 Kobieta na krańcu świata (9, 1, 2) – dok., Pol. 0.55 Włoska podróż pełna smaków (1, 2) – serial dok. 2.55 Bimbrownicy (16, 17) 4.55 Dziwaczne potrawy (8)

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
15.00 Serwis Info – pr. inf. 15.10 Zakochaj się w Polsce (192) – mag. 15.35 20 x 20 lat TVP Kultura – cykl fel. 16.00 Zaraz wracam 2 (116) – serial obycz. 16.30 Barwy szczęścia (3350) – serial obycz. 17.00 Teleexpress 17.20 Gra słów. 17.50 Teleexpress Extra 18.15 Czesław Lang. 18.45 Panorama 19.20 Polacy świata 19.30 Program informacyjny 19.30 Pytanie dnia – publ. 20.10 Sport, pogoda	6.10 Zakochaj się w Polsce (272) – mag. 6.40 Gra słów. 7.10 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin. 8.20 Familiada – telet. 8.55 Va banque (954) 9.25 Koło fortuny (1989) 10.05 Makłowicz w podróży – mag. 10.45 Postaw na milion 12.35 Familiada – telet. 13.15 Daleko od szosy (3) – serial obycz., Polska 14.40 Rodzinka.pl (209) 15.20 Lato z Radiem i Telewizją Polską 17.25 Va banque (955) 18.00 Koło fortuny (1990) 18.35 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin.	6.00 Przyjaciółki (97, 98) – serial obyczajowy, Polska 2016 8.00 Co ludzie powiedzą (25) – serial komediowy 9.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (69, 70) – reality show 12.30 Bogaty dom – biedny dom (111, 112) 14.30 10 lat młodsza w 10 dni (3, 4) – program rozrywkowy 16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (63) – reality show 17.00 W każdym odcinku dwie drużyny mierzą się z kolejnym kulinarnym zadaniem.	6.00 Strażnik Teksasu (13, 14) – serial sens. 7.55 Bogaty dom – biedny dom (100) 8.55 Policjanci i Policjanci (536, 537) 10.55 Na ratunek 112 (1134, 1135) – paradok. 11.55 Dlaczego ja? (1563, 1564) – paradok. 13.55 Trudne sprawy (797-799) – paradok. 16.55 Policjantki i Policjanci (1412) 18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (530) 19.00 Policjantki i Policjanci (1413) – serial obycz., Polska 20.00 Uroczysko (225, 226) 21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (139)	10.35 Detektywi (53, 54) 12.35 Zakup w ciemno 4 (13) – reality show 13.35 Zakup w ciemno 6 (10) – reality show 14.35 Nic do zgłoszenia 4 (5) – serial dokum., Pol. 15.35 Złomowisko PL 6 (3) 16.45 Express – pr. inform. 16.58 Pogoda, sport 17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 18 (6) 18.05 Zakup w ciemno extra (9) 18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 16 (5) 19.45 Express – pr. inform. 20.05 Zakup w ciemno 6 (11) – reality show 21.05 Zakup w ciemno extra (3) 21.45 Express – pr. inform.	5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (2) – reality show 5.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina 7 (12) – serial fab.-dokum. 6.45 Ach, ten ślub! (1) – program rozrywkowy 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn 11.20 Ugotowani (7, 8) – pr. kulin.-rozrywk. 13.30 Kuchenne rewolucje (3, 2) 15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (8, 9) – reality show 17.05 W czym do ślubu? (9) – program rozrywk. 17.40 Kuchenne rewolucje (12, 1, 2) – program rozrywkowy
OBYCZAJOWY	MAGAZYN KULINARNY	REALITY SHOW	KRYMINALNY	ROZRYWKOWY	DOKUMENTALNY
20.25 Miłość nad rozlewiskiem (10, 11) – Polska 2010 Sławek upewnia się, że pragnie związać się z Paulą. Jednocześnie poznaje bliżej swego syna Rysia. Zaczyna spędzać z chłopcem coraz więcej czasu. 22.10 Cafe Fogg 22.40 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publ. 23.15 Panorama 23.45 Kabaret Letnią Porą (2) – program rozrywk. 0.35 Polacy świata 0.40 Zaraz wracam 2 (116) – serial obycz.	19.40 Makłowicz w podróży Prowadzący odwiedza Park Narodowy Sutjeska. Przygotuje tu m.in. salatkę z dzikiego czosnku, sera zwanego w warkoczyki, pity ze szpinakiem i twarogiem. 20.10 Postaw na milion 21.15 Kabaret Letnią Porą (6) – program rozrywk. 22.20 Rodzinka.pl (65) 22.55 Tak to leciało! (73) 23.55 Gabi Drzewiecka zaprasza (9) 0.50 Koło fortuny (1990, 2056) – telet. 2.20 Do śmiechu! (76, 77)	18.00 Nasz nowy dom (254, 255) – Pol. 2022 Katarzyna Dowbor pomoże rodzicom trójki dzieci. W domu rodziny nie ma toalety. Remont przeprowadzą architekt Marta Kupczyk i Wiesław Nowobilski. 20.00 Kolacja w ciemno (42) – pr. rozrywk. 21.05 Wzięzione kobiet (94, 95) – serial dokum. 22.00 Rolniczek (18) – dok. 23.00 Gry małżeńskie (196, 197) – reality show, Polska 1.00 Kolacja w ciemno (16, 17) – pr. rozrywk.	22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1022) Dagmara oraz Michał prowadzą dochodzenie w sprawie zabójstwa Kamila Wilka, operatora dronów. Sąsiadka twierdzi, że podglądał mieszkańców i naraził się dilerowi. 23.00 Bez litości: Jeden strzał, jeden trup (1) – film sens., Kanada/USA 2012, 115 min 0.55 Love Island. Wyspa miłości (42) 2.00 Hardkorowy lombard 3 (34) – dok. 2.30 Interwencja – mag.	22.00 Idź na całość 2 (17) Uczestnicy mogą wygrać niemal trzy miliony złotych. W każdym odcinku podejmują ryzyko i próbują unikać zonka. Prowadzą Zygmun Chajzer i Robert Motyka. 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (8) 0.00 Nic do zgłoszenia 6 (11) – serial dokum. 1.00 Życie na kredycie 8 (13, 14) – reality show 2.10 Dobra robota (13) – serial dok., Pol. 2022 3.10 Detektywi. Na zlecenie 3 (2, 3) – serial fab.-dokum.	20.50 Jestem z Polski (3) – Polska 2020 Kasia, mieszkanka Budwy w Czarnogórze, pracuje jako przewodniczka. Oprowadza ekipę po zabytkowym mieście, a także proponuje rejs po Jeziorze Szkozerskim. 21.50 Jestem z Polski 16 (29) – serial dokum. 22.50 Ślub od pierwszego wejścia: Australia 9 0.35 Seks – wypadki (14) 1.35 Dorota was urządzi! (9) – program rozrywk. 2.20 Nieoczekiwane miejsca (5) – dok.
TVP HD	TVP HD	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA	TVN TURBO
11.20 Na sygnale (694, 695) 12.25 Ojciec Mateusz 8 (98) 13.20 Komisarz Alex 5 (62) 14.15 Ranczo 10 (123, 124) 16.10 Polska śródziennomorska (4) – mag. 16.40 Operacja zdrowie (71) 17.10 Okrasa lamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 26 (341) 19.20 Ranczo 10 (119) – obycz. 20.10 Rodzinka.pl (206, 207) 21.25 Ojciec Mateusz 33 (421) 22.20 Midway – film wojenny, FILM USA/Kanada 2019, 150 min 0.50 Siedem lat w Tybecie FILM – dramat biograficzny, USA/Wlk. Bryt. 1997, 145 min	15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział – obycz., Niemcy/Austria 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz. 19.50 Rosamunde Pilcher: Szczęśliwcy – film obycz., Niem. 2011, 120 min 21.50 Rosamunde Pilcher: Angielskie wino – melodramat, Niemcy/Austria 2011, 105 min 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	9.55 MacGyver 3 (19, 20) 12.05 Niszczycielskie żywioły 13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2 (30) 13.50 Wojny magazynowe: Kanada (31) – reality show 14.25 Pod pokładem 11 (3) 15.25 Sensacje XX wieku 17.50 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat 20.00 Kobra – oddział specjalny 24 (16, 17) 22.00 Dymno: Więcej niż magia 2 (4) – serial dokum. 23.00 Adam szuka Ewy. Finlandia (3) – reality show 0.00 Magia nagości. Polska 1.05 Magia nagości 7 (4) – rozr.	12.00 Dom stworzony dla ciebie 3 – pr. rozrywk. 13.00 Dr Przyszczyla 4 – dok. 15.00 Wiza na miłość: dalsze losy, pościelowe rozmowy 9 – reality show 16.00 Historie wielkiej wagi 18.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 4 19.00 Megaskry 3 (12) – dok. 20.00 Twarz od nowa – dok. 21.00 Ciało, w którym żyję 22.00 Moje paranoje – wydanie specjalne 2 23.00 Moje koszmarnie stopy 0.00 Dr Przyszczyla – dok., USA 1.00 Twarz od nowa – dok. 2.00 Ciało, w którym żyję	14.55 U sąsiadów w kuchni 14 (3, 4) – serial dokumentalny 15.55 Jakubiani rozgryza... (11) 16.10 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka 2 (5) 16.35 Jamie Oliver: 5 składników (11, 12) 17.35 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym 18.30 Maximum Foodie 5 (6) 18.55 M jak mięso 3 (4, 5) – dok. 19.50 Nie bój ryby! 2 (6) – mag. 20.15 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień 21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 6 23.55 Nie bój ryby! 2 (5, 6) 0.50 Top Chef 21 (6)	11.15 101 napraw (10, 1) – mag. 12.15 Jeździć, obserwować (5) 13.00 Mobilni mechanicy (1, 2) 14.30 Zawodowi handlarze 16.00 Wojny samochodowe 18.00 Raport Turbo – mag. inf. 18.15 Z drugiej ręki (10, 1) 19.45 Moto kombi (8) – mag. 20.30 Zawodowi handlarze 21.15 Naprawy nie do naprawy (6) – mag. 22.00 Raport Turbo – mag. inf. 22.15 Jeździć, obserwować 23.45 Duda kontra Szafrański (4) – program rozrywkowy 0.30 Usterka 16 (19) – fab.-dok. 1.00 101 gadzettoz motoryzacyjnych (7)
NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO	HGTV
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (15) – kom., Pol. 10.00 Miodowe lata (31) – kom. 10.30 Wzięzione (160-162) – dok. 12.00 Polrot (3, 4) – serial krym. 14.00 Świat według Kiepskich (383, 384) – kom., Pol. 2012 15.00 Świat według Bundy (217-222) – serial kom., USA 18.00 Calkiem nowe lata miodowe (12) – kom., Pol. 18.30 Miodowe lata (89-92) 21.00 Zdrady (23) – paradok., Pol. 22.00 Ślad (57, 58, 96) – krym. 1.00 Łowca pedofili 3.00 TV okazje (22, 23) 3.50 Wehikuł czasu (729, 728) 4.00 Sala operacyjna 4 (1, 4)	8.30 Szpital (816, 817) 10.30 Sedzia Anna Maria Wesołowska (385, 386) 12.30 SOS Ekipy w akcji (45) 13.30 Brzydula (61, 62) – kom. 14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (30) – obycz. 15.45 The Floor (15, 16) – telet. 17.00 Fani czterech kółek 18 18.00 Magda M. (6) – obycz., Pol. 19.00 Kartoteka 4 (9, 10) 21.05 Kryminalni (1, 2) – krym. 23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (17) – krym. 0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 3 (1) – dok. 1.15 Szpital (809) – paradok. 2.15 Szkoła (551, 552)	11.05 77 TV 4 (3) – pr. rozrywk. 12.05 Co Polak potrafi na drodze? (13) – pr. rozr. 13.05 Cieżarówka przez śniegi 3 (3) – serial dokum. 14.05 Kłątwa Wyspy Dębów 2 15.00 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 16.00 Australijskie poszukiwacze złota 5 18.00 77 TV 2 (16, 17) – pr. rozr. 20.00 Alex Hugo – górski detektyw (23) – krym., Fr. 22.10 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 2 (3) – serial kryminalny, Fr. 23.15 Balthazar: Śledczy fenomen (5) – serial krym.	12.00 Wariaci za kierownicą 2 13.00 Makłowicz w podróży 14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (18, 14) 16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (13) 16.50 Pogoda 17.00 Misja: zaręczyny – komedia romantyczna, USA 2024, 120 min 19.00 Strażacy z sąsiedztwa 2 (7) – serial dok., Polska 2026 20.00 Policjanci z sąsiedztwa 7 (4, 5) 21.50 Pogoda 22.00 Przebojowe kabarety (8) 23.00 Mistrzowie Kabaretu 14 (5) – program rozrywkowy	14.05 Wakacyjne domy na wynajem (6) 15.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (13) – serial dok. 15.55 Mam zamek 3 (3, 4) – dok. 16.50 Gardeners' World 14 (22) 18.00 Ucieczka na wieś 27 (27) 19.00 Wielkie projekty: Wielka Brytania 22 (5) – dok. 20.00 Daleko od miasta 14 21.00 Wakacyjne domy na wynajem (7) – dok. 22.00 Tomasz Pagowski. Remont u Ciebie 9 (2) 22.30 Przekopieni Ci ogródki (4) – serial dok. 22.55 Daleko od miasta 15 (2) 23.20 Podzielić M2 (7) – mag.	10.00 Poszukiwane domów: Australia 9 (10) – dok. 11.05 Usterka 11 (7, 8) – serial fab.-dokum., Polska 2019 12.31 Moje miasto, mój dom 7 14.30 Mieszkanie na miarę (3) 15.30 Będzie pięknie (3) – rozr. 16.30 Polowanie na ogród 9 18.10 Złoty remont 4 (7) – rozr. 19.05 Weekendowa metamorfoza 6 (3) – rozr. 20.05 Dorota inspiruje 2 (8) 21.00 Dorota was urządzi! 2 22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 7 (2-5) – pr. rozr. 0.45 Kupujemy dom na plaży 22 (6, 7) – dok.

Warto zobaczyć

15.15 **Szarada**
KOMEDIA SENSACYJNA
Po powrocie z Paryża Regi-
na dowiadyuje się o zabójstwie męża.
Prosi o pomoc poznanego niedawno
w hotelu Joshuę. Reż.: Stanley Donen,
A: Audrey Hepburn, Cary Grant, Walter Matthau
USA 1963 **130 min ► do godz. 17.25**

15.40 **Wielka majówka**
OBYCZAJOWY Uciekinier
z zakładu poprawczego
włamuje się do willi. W Warszawie
z nowymi znajomymi wydaje skra-
dzone pieniądze. Reż.: Krzysztof Rogulski,
A: Zbigniew Zamachowski, Jan Piechockiński
Polska 1981 **120 min ► do godz. 17.40**

16.25 **Punkty zwrotne**
THRILLER Autor kryminałów
pracuje w domu na odludziu
nad książką. Spokój zakłóca wizyta
niezapowiedzianego gościa, który
zna jego sekret. Reż.: David Marqués,
A: Diego Peretti, José Coronado, Cecilia Suárez
Hiszpania 2024 **110 min ► do godz. 18.15**

18.10 **Zaginiona**
THRILLER Jill pragnie
zdemaskować psychopa-
tę, którego podejrzewa o uprowa-
dzenie siostry. Ma przeciwko
sobie policjantów. Reż.: Heitor Dhalia,
A: Amanda Seyfried, Emily Wickersham
USA 2012 **110 min ► do godz. 20.00**

18.20 **Eleanor Wspaniała**
OBYCZAJOWY Staruszka na
spotkaniu grupy wsparcia
przedstawia historię przyjaciółki jako
własną. Staje się mentorką studentki
dziennikarstwa. Reż.: Scarlett Johansson,
A: June Squibb, Erin Kellyman, Chiwetel Ejiofor
USA 2025 **100 min ► do godz. 20.00**

18.45 **Inna kobieta**
KOMEDIA Trzy ofiary zdrady
postanawiają połączyć siły
w zemście na niewiernym ukocha-
nym. Wprowadzają w życie swój
misterny plan. Reż.: Nick Cassavetes,
A: Cameron Diaz, Leslie Mann, Nikolaj Coster-Waldau
USA 2014 **135 min ► do godz. 21.00**

21.00 **Bullet Train**
SENSACYJNY Płatny zabój-
ca ma przejąć w pociągu
walizkę pełną gotówki. Misja jest
związana z zadaniami czwórki
innych pasażerów. Reż.: David Leitch,
A: Brad Pitt, Joey King, Aaron Taylor-Johnson
Japonia/USA 2022 **160 min ► do godz. 23.40**

22.30 **Love Lies Bleeding**
SENSACYJNY Lata 80. Kultu-
rystka Jackie zabija agresywnego
mężczyznę. Zakochana w niej
Lou chce zrzucić winę na swojego
ojca, szefa gangu. Reż.: Rose Glass,
A: Kristen Stewart, Katy O'Brian, Jena Malone
Wlk. Bryt./USA 2024 **130 min ► do godz. 0.40**

→ filmowe hity



W drodze do ołtarza
Monika i Enzo muszą
pokonać liczne przeszkody.

19.55 Miłość do kwadratu POLSAT bez granic

KOMEDIA ROMANTYCZNA Ślubne plany komplikuje pojawienie się byłej ukochanej reportera.

HIT DNIA Relacja dziennikarza En-
zo i nauczycielki Moniki
ponownie zostaje wysta-
wiona na próbę. Po romantycz-
nych zaręczynach wydaje się, że
para niebawem stanie na ślub-
nym kobiercu. Sytuacja kompli-
kuje się wraz z pojawieniem się
Ewy, dawnej ukochanej Enzo,

która utrzymuje, że ma z nim
syna. Chłopiec i jego matka wy-
wracają życie narzeczonych do
góry nogami, gdy wprowadzają
się do ich domu. Ewa nie ukry-
wa bowiem, że chętnie odbije
rywalce narzeczonego. Atmos-
fera staje się napięta, a to nie
koniec zawirowań. Awans na



dyrektorkę szkoły sprowadza
bowiem na Monikę kolejne kłopoty.
Kobieta mierzy się z wyni-
kami kontroli kuratora, który sta-
wia jej podwładnym poważne za-
rzuty. **HD 135 min ► do godz. 22.10**

Polska 2023 Reż.: Filip Zylber Wyst.:
Adrianna Chlebicka, Mateusz Bana-
siuk, Ina Sobala, Tomasz Karolak



20.00 **Berek**
KOMEDIA Hoagie i jego
przyjaciele z czasów szkol-
nych co roku spotykają się, by grać
w berka. Dotychczasowy mistrz
Jerry (Jeremy Renner) szykuje się
do ślubu. Kompani postanawiają
wykorzystać tę okoliczność.

Reż.: Jeff Tomsic Wyst.: Ed Helms, Jon Hamm
USA 2018 **HD 135 min ► do godz. 22.15**



22.00 **Wytańczyć marzenia**
OBYCZAJOWY Pierre (An-
tonio Banderas), mistrz tanga, po
zakończeniu kariery zaczyna uczyć
w nowojorskiej szkole. Dzięki niemu
pozbawieni perspektyw młodzi
ludzie dają się porwać magii tańca.
Reż.: Liz Friedlander Wyst.: Dante Basco
USA 2006 **HD 145 min ► do godz. 0.25**



20.00 **The Wasp**
THRILLER Bogata Heather
(Naomie Harris) odnawia
znajomość z przyjaciółką z dzieci-
ństwa, kasjerką Carlą. Jest gotowa
sporo zapłacić za to, by dawna kole-
żanka zabiła jej męża. Razem planu-
ją zbrodnię doskonałą.

Reż.: Guillem Morales Wyst.: Natalie Dormer
Wlk. Bryt. 2024 **HD 95 min ► do godz. 21.35**



22.10 **Mamma Mia! Here We Go Again**
KOMEDIA MUZYCZNA So-
phie (Amanda Seyfried) szykuje się
do otwarcia hotelu, który powstał na
cześć zmarłej rok temu matki. Z tej
okazji wspomina młodość Donny.
Spotyka się z jej przyjaciółkami.
Reż.: Ol Parker Wyst.: Lily James, Meryl Streep
USA 2018 **HD 160 min ► do godz. 0.50**



20.00 **Waleśa. Człowiek z nadziei**
BIOGRAFICZNY Pracow-
nik gdańskiej stoczni (Robert Wię-
kiewicz) angażuje się w walkę o pra-
wa robotników. Z czasem zmienia
się w charyzmatycznego lidera,
dając rodakom nadzieję na wolność.

Reż.: Andrzej Wajda Wyst.: Iwona Bielska
Polska 2013 **165 min ► do godz. 22.45**



22.15 **355**
SENSACYJNY Tajna broń
wpada w ręce najemników.
Mogą oni doprowadzić do wybuchu
globalnej wojny. Agentka CIA Mace
Brown (Jessica Chastain) musi ją
odzyskać. Łączą siły m.in. z byłą pra-
cowniczką MI6 i psychologą.
Reż.: Simon Kinberg Wyst.: Penélope Cruz
USA/Chiny 2022 **HD 155 min ► do godz. 0.50**

→ filmowe hity



Szajka Terry'ego
zdobywa łupy
cenniejsze
od pieniędzy.

20.00 Angielska robota

TV PULS **SENSACYJNY** Kulisy legendarnego napadu. W ręce złodziei trafiają zdjęcia kompromitujące rodzinę królewską.

HIT DNIA Rok 1971, Londyn. Mechanik Terry boryka się z kłopotami finansowymi. Dawna znajoma, Martine, proponuje mu zorganizowanie napadu na Lloyds Bank, w którym przez tydzień nie będzie działał system alarmowy. Mężczyzna wraz ze współnikami wynajmuje sklep w sąsiedztwie i rozpoczyna kopa-

nie tunelu. Akcja kończy się sukcesem, a łup okazuje się cenniejszy od pieniędzy. W skarbcu znajdują się bowiem fotografie księżniczki Małgorzaty, które nie powinny ujrzeć światła dzienne-
HD 135 min ► do godz. 22.15

Wielka Brytania/USA 2008 **Reż.:** Roger Donaldson **Wyst.:** Jason Statham, Safon Burrows, Stephen Campbell Moore



20.00 12 godzin

STOKLATKA **SENSACYJNY** Nowy Orlean. Złodziej Will (Nicolas Cage) trafia do więzienia za napad na bank. Kiedy po ośmiu latach wychodzi na wolność, dawny współnik uprowadza jego córkę, żeby odzyskać zrabowane pieniądze.

Reż.: Simon West **Wyst.:** Josh Lucas
USA 2012 **HD 120 min ► do godz. 22.00**



23.00 Zabójcza portierka

THRILLER Po nieudanej akcji w Bukareszcie żołnierzka Alexandra (Ruby Rose) przenosi się do Nowego Jorku, gdzie zostaje portierką. Wykorzystuje swoje doświadczenie bojowe, by stawić czoło grupie złodziei dzieł sztuki.

Reż.: Ryuhei Kitamura **Wyst.:** Jean Reno
USA 2020 **HD 125 min ► do godz. 1.05**



20.05 Danton

HISTORYCZNY Wiosna 1794 roku, Paryż. Danton (Gérard Depardieu) domaga się zaprzestania terroru. Zostaje oskarżony o działalność kontrrewolucyjną. Gdy Robespierre wstrzymuje obrotę, zapada wyrok śmierci.

Reż.: Andrzej Wajda **Wyst.:** Patrice Chéreau
Polska/Fr. 1983 **HD 145 min ► do godz. 22.30**



23.30 Morderstwa w Figeac

KRYMINALNY Na dziedzińcu muzeum sztuki starożytnego Egiptu zostaje znalezione zmumifikowane ciało zamożnej właścicielki posiadłości. Śledztwo podejmuje policjant Olivier (Stéphane Plaza).

Reż.: Olivier Barma **Wyst.:** Samira Lachhab
Francja 2022 **HD 105 min ► do godz. 1.15**

→ sport



8.45 Liga Narodów

SIATKÓWKA LIVE W dzisiejszych meczach zostaną wyłonieni trzeci i czwarty półfinalista turnieju w Ningbo. Czy Japończykom uda się awansować do strefy medalowej? Do tej pory dwa razy stawali na podium Ligi Narodów – w 2023 roku (brąz) i 2024 roku (srebro). **HD 270 min ► do godz. 13.15**



16.00 Tour of Denmark

KOLARSTWO LIVE Peleton wyruszy z Glyngøre, a linię mety minie w oddalonym o 182,9 km Skive. Na trasie drugiego etapu kolarze, a wśród nich Anders Foldager z Teamu Jayco AlUla, zmierzają się z trzema premiami górskimi. **HD 105 min ► do godz. 17.45**



20.25 Liga Konferencji

PIŁKA NOŻNA LIVE GKS Katowice wrócił do europejskich pucharów po 23 latach. Dziś okaże się, czy awansuje do 3. rundy eliminacji LK. Ten ważny mecz rozegra na własnym boisku, a jego rywalem będzie MSK Žilina lub Hajduk Split. **HD 155 min ► do godz. 23.00**



21.00 Rocket Classic

GOLF LIVE Rusza kolejna edycja turnieju, który zadebiutował w kalendarzu PGA Tour w 2019 roku. Uczestnicy rywalizacji na polach Detroit Golf Clubu zagrają o nagrody z puli wynoszącej 10 milionów dolarów. Tytułu broni Aldrich Potgieter. **HD 180 min ► do godz. 0.00**

→ rozrywka



20.50 Kuchenne rewolucje

REALITY SHOW W Myśliborzu Basia wspierana przez męża i przyjaciół prowadzi Domowe Obiady u Rudej. Wizyta Magdy Gessler wnosi do lokalu sporo zamieszania. Czy właścicielka zaufa radom słynnej restauratorki i przeprowadzi rewolucję? **HD 70 min ► do godz. 22.00**



20.55 Kocham Cię, Polsko!

TELETURNIEJ Swoją wiedzę sprawdzą tym razem Julia Kamińska, Mateusz Janicki i Katarzyna Żak. Ich rywalami będą Kasia Zielińska, Staszek Karpiel-Bulecka i Majka Jeżowska. Gościem muzycznym jest Cleo. **HD 90 min ► do godz. 22.25**



21.00 Wielkie lato małych ludzi

REALITY SHOW Sammy po pocałunku z Kristy unika Steph. Z kolei relacja JJ i Johna nabiera tempa. Po wspólnie spędzonym wieczorze mężczyzna wyjawia sekret, który wprawia jego towarzyszkę w osłupienie. **HD 60 min ► do godz. 22.00**

→ dokument



20.00 Motocyklem przez góry Wietnamu

PODRÓŻE Przez prowincję Ha Giang wiedzie kręta przełęcz, zwana Drogą Szczęścia. Wąski, pełen serpentyn szlak upodobał sobie motocyklisty. Stanowi on duże wyzwanie. **HD 60 min ► do godz. 21.00**

TVP 1	TVP 1	HD DVBT2	TVP 2	TVP 2	HD DVBT2	polsat	POLSAT	HD DVBT2	tvn	TVN	HD DVBT2
5.00	Splątane losy (11) – serial obyczajowy, Turcja 2024		4.35	Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2024		5.55	Disco Gramy		5.40	Uwaga! – magazyn reporterów	
5.50	Akacja 38 (906) – telenowela, Hiszpania 2018		5.30	M jak miłość (1805) – serial obyczajowy, Polska 2024		5.40	Telezakupy TV Okazje – magazyn reklamowy		5.55	Ukryta prawda (1714) – serial paradokmalny, Polska 2025	
7.00	Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze		6.25	Operacja zdrowie (78) – magazyn medyczny		6.00	Nowy dzień z Polsat News		6.50	Kuchenne rewolucje (12): Wrocław – American Dream – program rozrywkowy	
7.30	Dobre historie – magazyn		6.55	Barwy szczęścia (3365) – serial obyczajowy, Polska 2026		8.30	Malanowski i partnerzy (364, 365): Miłosna pułapka; Odwet – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011		7.45	Dzień dobry wakacje – magazyn	
8.00	Serwis Info – program inform.		7.30	Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn		9.30	Trudne sprawy (1285, 1286) – serial paradokmalny, Polska 2024		11.20	Doradca smaku (21) – magazyn kulinarny	
8.10	Pogoda Info		7.55	Pytanie na śniadanie – magazyn		11.35	Gliniarze (902, 903) – serial paradokmalny, Polska 2024		11.25	Kuchenne rewolucje (12): Gorzów Wielkopolski – Bar Agata/Bar Agata 1965 – program rozrywkowy	
8.15	Kolumbowie (3) – serial wojenny, Polska 1970		11.20	Tour de Pologne – kroniki – cykl felietonów		13.40	Dlaczego ja? (1532, 1533) – serial paradokmalny, Polska 2026		12.35	Ukryta prawda (1505, 1506, 1739) – serial paradok., Polska	
9.20	Ranczo 8 (95): Czysta karta – serial obyczajowy, Polska 2014		11.30	Rodzinka.pl (57, 58): Nudzi mi się; Pstrykasz, więc jesteś – serial komediowy, Polska 2012		15.50	Wydarzenia, pogoda		15.45	Detektywi (128) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024	
10.10	Komisarz Alex 22 (280) – serial kryminalny, Polska 2024		12.35	Koło fortuny (1911) – teleturniej		16.25	Interwencja – magazyn reporterów		17.55	Młode gliny (35) – serial kryminalny, Polska 2026	
11.05	Ojciec Mateusz 17 (217): Wybór – serial kryminalny, Polska 2017		13.15	Panna młoda (157) – serial obyczajowy, Turcja 2024		16.40	Gliniarze (1099, 1100) – serial paradokmalny, Polska 2025		19.00	Fakty, sport i pogoda	
12.00	Serwis Info – program inform.		14.05	Va banque (1026) – teleturniej		19.15	Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny		19.55	Uwaga! – magazyn reporterów	
12.10	Agrobiznes – magazyn rolniczy		14.35	Na sygnale (887): Porwanie rodzicielskie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026		19.30	Sport, pogoda				
12.30	Agropogoda – program inform.		15.05	La Promesa – pałac tajemnic (444) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022							
12.40	Magazyn rolniczy		16.00	Koło fortuny (1912) – teleturniej							
12.55	Natura w Jedyńce: Lis, który uratował wyspę – film dokumentalny, Francja 2025		16.35	Familiada – teleturniej							
14.00	Splątane losy (12) – serial obyczajowy, Turcja 2024		17.20	Panna młoda (158) – serial obyczajowy, Turcja 2024							
15.00	Serwis Info – program inform.		18.15	Va banque (1027) – teleturniej							
15.10	Pogoda Info		18.50	Jeden z dziesięciu – teleturniej							
15.25	Gra słów. Krzyżówka (1078) – teleturniej		19.25	Barwy szczęścia (3365) – serial obyczajowy, Polska 2026							
16.00	Dziedziectwo (994) – serial obyczajowy, Turcja 2020		20.05	Omnibus – szybcy i mądrzy (30) – teleturniej							
17.00	Telexpress, pogoda		20.35	Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (30) – teleturniej							
17.25	Jaka to melodia? – telet. muz.										
18.05	Reporterzy – mag. reporterów										
18.25	Akacja 38 (923) – telenowela, Hiszpania 2018										
19.30	Program informacyjny 19.30										
19.55	Pytanie dnia – pr. publicyst.										
20.10	Sport, pogoda										

20

KRYMINALNY



20.30 Ojciec Mateusz 33 (421): Detektyw bez teki – Polska 2025

Natalia dostaje niewielką rolę w serialu kryminalnym. Niebawem scenarzysta Michał Gabryśiak zostaje znaleziony martwy w hotelu. Okazuje się, że otrzymał pogróżki. Znika również pewne wyjątkowo niebezpieczne zwierzę...

21.25 Sprawa dla reportera – mag.

22.25 Niewypowiedziane – film dokumentalny, Polska 2023

23.30 Morderstwa w Figeac – film kryminalny, Francja 2022, reż. Olivier Barma, wyk. Samira Lachhab, Patrick Descamps, Stéphane Plaza, Julie-Anne Roth, Pierre LaPlace, 105 min

1.15 Popioły (2-ost.) – dramat historyczny, Polska 1965, reż. Andrzej Wajda, wyk. Daniel Olbrychski, Bogusław Kierc, Beata Tyszkiewicz, Piotr Wysocki, 130 min

3.25 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny

3.45 Pytanie dnia – pr. publicyst.

4.05 Reporterzy – mag. reporterów

4.20 Oko na świat – magazyn

4.40 Zakończenie

ROZRYWKOWY



20.55 Kocham Cię, Polsko! (8)

W drużynie Michała Koterskiego wystąpią tym razem Julia Kamińska, Mateusz Janicki i Katarzyna Żak. W zespole Filipa Gurlacza do rywalizacji staną Kasia Zielińska, Staszek Karpiel-Bulecka i Majka Jeżowska. Gościem muzycznym tego odcinka będzie Cleo. Program prowadzi Marzena Rogalska.

22.25 Czas honoru. Powstanie (1, 2): Jeszcze nie dziś; Godzina „W” – serial wojenny, Polska 2014, wyk. Antoni Pawlicki, Jakub Wesołowski
W Warszawie panuje atmosfera oczekiwania. Młodzi mieszkańcy czekają na sygnał do rozpoczęcia powstania. Helena jednak nie podziela ich entuzjazmu.

0.15 PiłBull 2 (16) – serial sensacyjny, Polska 2007

1.15 Skazany na bluesa – dramat biograficzny, Polska 2005, reż. Jan Kidawa-Błoński, wyk. Tomasz Kot, Jolanta Fraszyńska, Maciej Balcar, Adam Baumann, 100 min

2.55 Kruk 3. Jak tu ciemno (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2022

4.40 Zakończenie

KOMEDIA ROMANTYCZNA



19.55 Miłość do kwadratu bez granic – Polska 2023, 135 min

Relacja dziennikarza Enzo i nauczycielki Moniki ponownie zostaje wystawiona na próbę. Para ma niebawem stanąć na ślubnym kobiercu. Sytuację komplikuje pojawienie się Ewy, która utrzymuje, że Enzo jest ojcem jej syna.

22.10 Mamma Mia: Here We Go Again – komedia muzyczna, USA/Wielka Brytania/Chiny 2018, reż. Ol Parker, wyk. Lily James, Amanda Seyfried, Meryl Streep, Alexa Davies, 160 min
Sophie szykuje się do uroczystego otwarcia hotelu. Powstał on na cześć zmarłej Donny. Z tej okazji dziewczyna spotyka się z przyjaciółkami matki i wspomina jej szaloną młodość.

0.50 Zostań, jeśli kochasz – melodramat, USA 2014, reż. R.J. Cutler, wyk. Chloë Grace Moretz, Mireille Enos, Jamie Blackley, Joshua Leonard, 140 min

3.10 Nasz nowy dom (299) – reality show

4.15 Kabaretowa Ekstraklasa (65)

OBYCZAJOWY



20.15 Na Wspólnej (4255)

Eliza i Jarek walczą w sądzie o opiekę nad dziećmi. Igor zabiera Julkę do psychologa. Słysz, że córka wymaga konsultacji psychiatrycznej, bo może mieć zaburzenia osobowości. Juliusz demaskuje Janusza.

20.50 Kuchenne rewolucje (8) – program rozrywkowy

22.00 Wytańczyć marzenia – dramat obyczajowy, USA 2006, reż. Liz Friedlander, wyk. Antonio Banderas, Rob Brown, Dante Basco, Lauren Collins, 145 min

0.25 Czyja to kochanka? – komedia romantyczna, Francja/Włochy/Belgia 2006, reż. Francis Veber, wyk. Daniel Auteuil, Kristin Scott Thomas, Virginie Ledoyen, Alice Tagliani, 100 min

2.05 Kuba Wojewódzki (4) – talk-show

2.55 Uwaga! – magazyn reporterów

3.15 Kwatery Hitlera (2) – serial dokumentalny, Pol. 2019

4.15 Detektywi (127) – serial fabularno-dokum., Polska 2024

5.10 Nauka jazdy 5 (26) – pr. rozrywk.



- 5.25 Ten moment** (9) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (834-836) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1352, 1473, 1474) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1141-1143) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
- 13.55 Kryminalni 2** (6): Fotel biskupa – serial kryminalny, Polska 2005
- 15.00 Szpital** (810, 811) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (520): Siostry – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (32) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Funkcjonariusze interwenują w związku z kłótnią między kontrolerem biletów i dziewczyną. Inni policjanci reagują w sprawie usiłowania kradzieży.
- 19.00 Ukryta prawda** (1543) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Taksówkarz z Warszawy odkrywa na tylnym siedzeniu niewielką torbę. W środku znajduje się sztabka złota. Kierowca postanawia poczekać, czy właściciel zgłosi się po zbugę.



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (20, 21): Miłość ulicznych; Puk, puk, kto tam? – serial kryminalny, USA 1987
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (13, 14): Krew i woda; Przetrwanie – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (83, 84) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (128) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (62) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy 2** (47) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11** (566, 567) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy 2** (48) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Ilona i jej mąż marzą o dziecku. Od czasu poronienia on zatraca się w pasji. Kiedy kobieta znów doświadcza braku wsparcia z jego strony, wyprowadza się.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (985, 986) – serial obyczajowy, Polska 2026
Sandra pada ofiarą kradzieży. Wraz z Andżeliką rusza w pogoni za złodziejem. Okazuje się, że jest nim jej kolega ze szkoły. Jego zachowanie dziwi dziewczynę, a to dopiero początek...



- 5.55 Ale numer! 21** (12) – pr. rozrywk.
- 6.20 Cosie-Ktosie** (24) – serial anim.
- 6.30 Kajko i Kokosz 2** (24) – anim.
- 6.45 SamSam: Kosmiczne przygody** (14) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (21) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol 2** (13) – serial anim.
- 7.50 Dora** (5) – anim., Kan./USA 2024
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina** (24) – serial dla dzieci, Korea Południowa/USA 2020
- 8.50 Masza i Niedźwiedź** (25, 26) – serial animowany, Rosja 2012
- 9.20 Straszne historie Maszy** (24) – serial animowany, Rosja 2016
- 9.25 Świnka Peppa 2** (44-46) – anim.
- 9.45 Bing** (39, 40) – serial animowany
- 10.00 Język i Przyjaciele** (1, 12) – serial animowany, Polska 2023
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (31, 30) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (25, 26) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol** (10) – serial anim.
- 12.35 Marta mówi** (31) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (206, 207) – serial anim.
- 14.00 Baranek Shaun 4** (5-8) – anim.
- 14.35 My Little Pony: Przyjaźń to magia** (4) – anim., USA/Kan. 2011
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (41, 42) – anim.
- 16.00 Fineasz i Ferb 2** (25, 26) – anim.
- 17.00 Smerfy** (208, 209) – serial anim.



OJCIEC MOJEJ CÓRKI

Córka Rickarda Julieta potrzebuje przeszczepu nerki. Mężczyzna chce być dawcą. Wówczas wychodzi na jaw, że dziewczyna nie jest jego dzieckiem. To odkrycie komplikuje życie całej rodziny.

►serial obyczajowy, Meksyk 2026

PREMIERA



ZAMACH NAD LOCKERBIE

W 1988 roku 38 minut po starcie eksplodował samolot Pan Am 103. W katastrofie zginęło 270 osób. Doktor Jim Swire (Colin Firth), którego córka była jedną z ofiar, bada sprawę.

►krym. (6 odc.), USA/Niemcy 2025



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

SENSACYJNY



20.00 Angielska robota – Wielka Brytania/USA 2008, 135 min

Londyn, 1971 rok. Właściciel warsztatu samochodowego Terry Leather ma kłopoty finansowe. Znajoma proponuje mu zorganizowanie napadu na Lloyds Bank. W skarbcu złodzieje znajdują łup cenniejszy od pieniędzy – kompromitujące zdjęcia księżniczki Małgorzaty, które mogą zapewnić im nietykalność.

22.15 355 – film sensacyjny, USA/Chiny/Hongkong 2022, reż. Simon Kinberg, wyk. Jessica Chastain, Penélope Cruz, Lupita Nyong'o, Diane Kruger, 155 min
Tajna broń wpada w ręce najemników. Mogą oni doprowadzić do globalnej wojny. Funkcjonariuszka CIA Mace Brown musi ją odzyskać.

0.50 Rewolwer – dramat sensacyjny, Francja/Wielka Brytania 2005, reż. Guy Ritchie, wyk. Jason Statham, Ray Liotta, Vincent Pastore, André Benjamin, 130 min

3.00 Dzielnica strachu 10 (445): Ciocia z Ameryki – serial kryminalny, Polska 2025-2026

4.00 Zobacz to! – pr. powtórkowe

ANIMOWANY



18.00 Pingwiny z Madagaskaru (9, 10) – USA

W ramach nagrody nieloty zamiast ryb dostają ciasteczka. Gdy sytuacja się powtarza, zdesperowany Skipper i jego podwładni postanawiają interweniować. Tymczasem Julian cieszy się, że w zoo już nie śmierzdzi rybami.

19.00 Kacze opowieści (20, 21) – serial animowany, USA 1987

20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (973) – serial obyczajowy, Polska 2026

21.00 Dzielnica strachu 10 (455, 456) – serial krym., Polska 2025-2026

23.00 Jak dogryźć mafii – komedia sensacyjna, USA 2017, reż. Mark Cullen, wyk. Bruce Willis, John Goodman, Jason Momoa, 120 min

1.00 Dzielnica strachu 10 (451) – serial krym., Polska 2025-2026

2.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (656) – serial obyczajowy, Polska 2023

3.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (221, 222) – obycz., Polska 2019

5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (520) – serial obyczajowy, Polska 2022



FIREFLY LANE

Po odejściu z talk-show Tully Hart (Katherine Heigl) musi zacząć karierę od początku i przemyśleć pewne rzeczy. Wisi nad nią widmo procesu sądowego. Tymczasem Kate Mularkey (Sarah Chalke) boryka się z konsekwencjami wyjazdu Johnny'ego do Iraku. Przyjaźń kobiet zostaje wystawiona na próbę.

►serial obycz. (16 odc.), USA 2022



AWANTURA 2

Ashley (Cailee Spaeny) i Austin (Charles Melton) pracują w ekskluzywnym klubie. Przypadkowo stają się świadkami konfliktu między swoim szefem Joshuą a jego żoną. Wplątani w ich problemy, próbują lawirować między przysługami i naciskami, by zyskać przychylną wpływowej właścicielki klubu, Park.

►serial kom. (8 odc.), USA 2026

20.00 Berek

FILM – komedia, USA 2018, 135 min
Hoagie i jego przyjaciele co roku spotykają się w ustalonym miejscu, aby później przez miesiąc grać w berka. Dotychczas mistrzem był Jerry, który ani razu nie został złapany. Teraz jednak szczykuje się do ślubu i kumple liczą na to, że będzie łatwiejszym celem.

22.15 Mroczny rycerz powstaje

FILM – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2012, reż. Christopher Nolan, wyk. Christian Bale, Tom Hardy, Anne Hathaway, Liam Neeson, 200 min
Minęło osiem lat, odkąd Batman zniknął. Przyjmując na siebie winę za śmierć Harveya Denta, z bohatera stał się przestępcą. Kiedy na horyzoncie pojawiają się nowi wrogowie, znów czeka go walka ze złem.

1.35 Niezapomniani – thriller, USA 2017, reż. Denise Di Novi, wyk. Katherine Heigl, Rosario Dawson, Geoff Stults, Cheryl Ladd, 115 min

3.30 Zgłoś remont 11 (8) – program rozrywkowy

4.30 Dorota was urządzi! (6)

Następny odcinek obejrzysz na:

TVP VOD polsat go player DVB T1 DVB T2 i stacje dostępne za darmo w nazimnej telewizji cyfrowej

toowo | 75

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

AXN HD	TVP SERIALE	TVP KULTURA	ALE KINO+ HD	CANAL+ PREMIUM HD	HBO HD
6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (6, 7) – serial kryminalny, USA 2011 7.30 Ostry dyżur 2 (7, 8) – serial obyczajowy 9.25 Castle 4 (9, 10) – serial kryminalny 11.20 MacGyver 4 (7, 8) – serial akcji, USA 2020 13.10 Dowody zbrodni 2 (12, 13) – serial kryminalny, USA 2004 15.10 Agenci NCIS: Hawaje 2 (8, 9) – serial kryminalny 17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (7, 8) – serial krym., USA/Kanada 2004 19.05 Castle 4 (11, 12) – serial kryminalny	5.40 Rodzinka.pl (118) – serial kom., Pol. 2013 6.10 Na sygnale (500, 501) – serial fab.-dokum. 7.20 Ojciec Mateusz 4 (50) – krym., Pol. 2010 8.15 Komisarz Alex 3 (39) – serial krym., Polska 9.05 Rodzinka.pl (119) 9.45 Klan (1466) – telen. 10.15 Ranczo 9 (117) 11.05 Ranczo 10 (118) 12.00 Komisarz Alex 4 (40) 12.45 Ojciec Mateusz 31 (400-402) – krym., Pol. 15.35 Komisarz Alex 4 (41) – serial krym., Polska 16.25 Na sygnale (502, 503) – serial fab.-dokum. 17.35 Ranczo 10 (119, 120) – serial obycz., Polska 19.30 Ojciec Mateusz 31 (403) – krym., Pol. 2024	7.35 Rawhide (18) – przyg. 8.40 Informacje kulturalne 9.00 Wojna domowa (13, 14) – obycz., Pol. 10.40 Dwie Joasie – kom., Polska 1935, 100 min 12.20 Reżyserzy 7 – dok. 13.20 Noce i dnie (9) 14.25 Patrząc pod słońce – dram. psycholog., Pol., 50 min 15.15 Szarada – kom. sens., USA 1963, 130 min 17.25 Wojna domowa (15-ość.) – obycz., Pol. 18.15 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka – serial dokum. 18.55 Rawhide (19) – przyg. 20.00 Czwartkowy klub filmowy – mag. film.	6.30 Polska z góry 2 (5) – serial dok., Pol. 2018 7.00 Palatka – film krótkometrażowy 7.30 Nadzieja – dramat sensacyjny, Polska/Niemcy 2006, 120 min 9.30 Problem – film krótkometraż. 10.00 Vigili 2 (1, 2) – serial sensacyjny, Wlk. Bryt. 12.30 Vera 10 (2) – serial kryminalny, Wlk. Bryt. 14.25 Stan wyjątkowy – komedia, Czechy 2024, reż. Jan Hřebejk, 120 min 16.25 Punkty zwrotne – thriller, Hiszpania 2024, 110 min 18.15 Vera 10 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.	10.00 LARP. Miłość, trolle i inne questy – kom., Polska 2025, 95 min 11.35 Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023, 115 min 13.30 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć (7, 8) – serial komediowy, Fr. 14.40 Prawda czy fałsz. Psychologia trumpsizmu – film dokum., USA 2023 16.15 Hollywood Buzz 16.40 Kopnieć w czasie – komedia, Francja/Belgia 2025, 100 min 18.20 Łapu capu – pr. rozr. 18.25 Thelma – komedia, Szwajcaria/USA 2024, 95 min	7.50 Niesamowity Spider-Man 2 – film przygodowy, USA 2014, 140 min 10.10 Ben nie ma lekko – film animowany, Czechy 2024, 80 min 11.30 Sojusznicy – komedia sensacyjna, USA 2025, 110 min 13.20 Człowiek z bieguna – komediodramat, USA 2014, reż. Maya Forbes, 90 min 14.50 Bez hitu – komedia, Niemcy 2025, 115 min 16.45 Karate Kid: Legendy – film przygodowy, USA/Kan. 2025, 95 min 18.20 Eleanor Wspaniała – dramat obyczajowy, USA 2025, 100 min
KRYMINALNY	KRYMINALNY	DRAMAT HISTORYCZNY	SENSACYJNY	THRILLER	PRZYGODOWY
21.05 Agenci NCIS: Hawaje 2 (14, 15) Okoliczności morderstwa kapitana i jego żony przypominają zbrodnię z przeszłości. Zespół prosi o pomoc dawnego współpracownika. Razem ustalają, czy mają do czynienia z naśladowcą. 22.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 5 (7, 8) – serial krym. 0.40 Castle 4 (11, 12) 2.40 Agenci NCIS: Hawaje 2 (14, 15) 4.25 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (4) – krym., USA/Kan.	20.30 Komisarz Alex 25 (310) – Polska 2026 Zostaje zamordowany Kacper, który zajmował się profesjonalnym wyprowadzaniem psów. Śmierć mężczyzny jest zaskoczeniem dla jego klientów, które pupil zginął. 21.30 Ranczo 10 (121, 122) – serial obycz., Polska 23.20 Ojciec Mateusz 31 (404) – krym., Pol. 2024 0.20 Czarna śmierć (6) 1.20 PiłBull (22, 23) – sens. 3.20 Stulecie Winnych 2 (21) – obycz., Pol. 2020 4.10 Klan (1466) – telen. 4.40 Pan Mama (39)	20.05 Danton – Polska/Francja 1983, 145 min Wiosna 1794 roku, ogarnięty rewolucją Paryż. Danton domaga się zaprzestania terroru. Zostaje oskarżony o działalność kontrrewolucyjną i skazany na śmierć. 22.30 The Police – kulisy wielkiej kariery – dok., Wlk. Bryt. 2006 0.00 Cześć, Tereska – dramat obyczajowy, Polska 2001, 100 min 1.40 Agnes Varda o Jane Birkin – dok., Fr. 1988 3.30 Informacje kulturalne	20.10 Gunman – USA/Hiszpania/Wielka Brytania 2015, 140 min James Terrier pracował kiedyś dla amerykańskich służb jako egzektor. Teraz sam staje się celem najeźników. Musi uniknąć przesładowcom i ocalić ukochaną. 22.30 Love Lies Bleeding – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2024, 130 min 0.40 Początki – dramat obycz., Dania/Szwecja/Belgia 2025, 115 min 2.35 Minuta ciszy (2) – serial obycz., Polska	20.00 The Wasp – Wielka Brytania/USA/Finlandia 2024, 95 min Zamożna Heather odnawia znajomość z koleżanką z dzieciństwa, pracującą w supermarkiecie Carłą. Prosi, by pomogła jej pozbyć się niewiernego męża. 21.35 Aftermath – thriller, USA 2024, reż. Patrick Lussier, wyk. Dylan Sprouse, 95 min 23.10 Piła 5 – horror, USA/Kanada 2008, 95 min 0.45 Sprzączka – film sensacyjny, Wielka Brytania 2025, 100 min	20.00 Dzikie łowy – Nowa Zelandia 2016, 100 min Osierocony trzynastoletni Rick ma trafić do kolejnej rodziny zastępczej. Zdesperowany ucieka do buszu. Towarzyszy mu wujek samotnik. Policja rusza ich tropem. 21.40 Nasz doktor – film dokum., USA 2025 22.25 Prawa ludzi – krym., USA 2024, 100 min 0.05 Lisa Frankenstein – komedia fantasy, USA 2024, 105 min 1.50 Oddaj ją – horror, Australia/JA 2025, 105 min
AXN WHITE	WARNER TV	CANAL+ FILM	CANAL+ SERIALE	CANAL+ 360 HD	HBO 2 HD
8.55 Dom nad rozlewiskiem (8, 9) – serial obycz., Polska 11.10 Agenci NCIS 11 (9-11) 14.10 Szpital nadziei 5 (6) 15.10 Bóże Narodzenie – film obycz., Wlk. Bryt. 2019, 120 min 17.10 Zakadkowe święta – dramat obyczajowy, USA 2022, 110 min 19.00 Dr House 3 (24) – obycz. 20.00 Dowody zbrodni 3 (16, 17) – serial kryminalny 22.00 Rekrut (19) – serial krym. 23.00 Agenci NCIS 11 (9-11) 1.45 Dowody zbrodni 3 (16, 17) – serial kryminalny 3.40 Zaklinacze koni 4 (6, 7)	8.25 Teraz albo nigdy! 2 (10) 9.20 Bajer z Be!-Air 6 (11, 12) 10.20 Prawo Agaty 4 (3) 11.25 Pełniejsza chata 2 (2, 3) 12.25 Teraz albo nigdy! 2 (11, 12) – obycz., Pol. 2008 14.20 Bajer z Be!-Air 6 (11-14) 16.20 Pełniejsza chata 2 (2-5) 20.15 Akademia policjanta 2: Pierwsze zadanie – kom., USA 1985, 105 min 22.00 Zakleci w czasie – dram. s.f., USA 2009, 115 min 23.55 Czarownice z Eastwick – horror komediowy, USA 1987, 135 min 2.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (18, 19)	6.00 Łapu capu – pr. rozrywk. 6.05 Pan Tadeusz – kostium., Pol./Francja 1999, 150 min 8.35 Mikołaj i ekipa – anim., Hiszpania/Kan. 2024, 90 min 10.05 Dumna królowa – film anim., 2024, 80 min 11.25 Królowa chmur – film obycz., Polska 2003, 75 min 12.40 Łapu capu – pr. rozrywk. 12.45 Riefenstahl – dok., 2024 14.40 Ida – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013, 80 min 16.00 Łapu capu – pr. rozrywk. 16.05 Saga „Zmierzczone” – film fantasy, USA 2012, reż. Bill Condon, 115 min 18.00 Tożsamość Bourne’a – thriller, USA/Indonezja 2002, reż. Doug Liman, 115 min 19.55 Łapu capu – pr. rozrywk. 20.00 Pewnego razu w Paryżu – komediodramat, Francja/Belgia 2025, 125 min 22.05 Ali – dramat biograficzny, USA 2001, 150 min 0.35 Dwie siostry – dramat obyczajowy, 2024, 95 min 2.10 Polana pośród brzozy – dramat obyczajowy, Fr./Pol./Niemcy 2003, 90 min 3.40 Pierwszy taniec w chmurach – film krótkometraż., Pol. 4.05 Pornografia – film obycz., Pol./Fr. 2003, 115 min	9.50 Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków (2) – serial dokumentalny 10.35 Łapu capu – program rozrywkowy 10.55 Naruto 3 (24-26) – serial anime, Japonia 2003-2004 12.25 Prost (4-6) – serial dok., Fr. 12.50 Pisarze. Serial na krótko (5) – serial komediowy, Pol. 14.20 Hollywood Buzz – magazyn filmowy 14.50 Planeta Singli. Ośiem historii (3) – serial kom. 15.40 Disco: soundtrack rewolucji (1-3) – film dok., Wielka Brytania 2023 18.40 Łapu capu – program rozrywkowy 18.45 Captain Tsubasa (25-27) – serial anime, Japonia 2018 20.00 Brygada 2 (3, 4) – serial sensacyjny, Francja 2024 21.55 Łapu capu – program rozrywkowy 22.00 Yellowjackets 2 (3, 4) – serial grozy, USA 2023 0.05 Furioza (3, 4) – serial sensacyjny, Polska 2021 1.45 Rum i rewolucja. Historia Hawany – film dokumentalny 2.35 Kryptonim Polska (1-3) – serial komediowy, Polska 4.50 Premierowa jazda (3) – magazyn 5.10 Ziombol (4) – serial dok.	6.00 Rekruci (1) – serial dok. 7.00 Lotnisko na Alasce 3 (3) 8.00 Porzucone konstrukcje (10) – serial dok., Wlk. Bryt. 9.00 Okręty wojenne (8) – dok. 9.55 Co poszło nie tak (3) (5) 11.00 Grip – w świecie supersamochodów (11, 12) – serial dok., 2022 13.00 Porzucone konstrukcje (1) – serial dok., Wlk. Bryt. 14.00 Chwila prawdy (4) – dok. 15.00 Okręty wojenne (9) – dok. 16.00 Lotnisko na Alasce 3 (4) 17.00 Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League (3) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.00 Porzucone konstrukcje (11) – serial dok., Wlk. Bryt. 18.55 Chwila prawdy (3) – dok. 19.50 Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League (4) – serial dok., Wlk. Bryt. 20.50 Co poszło nie tak (4) (2) 22.00 Porzucone konstrukcje (3) – serial dok., Wlk. Bryt. 23.00 Lotnisko na Alasce 3 (2) 0.00 Zabójcze drogi (4) – dok. 1.05 Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia (3) – dok. 2.00 Polska z góry: Stadiony (5) – serial dok., Wlk. Bryt. 2024 2.40 Przykrzykownicy. Podwójna gra (4) – dok. 3.45 Zwierzęta Wajraka (7, 8) – serial dok., Pol. 2021 4.55 Pogotowie remontowe Wieszka (3, 8, 9) – mag.	16.30 DJ Ahmet – komediodramat, Macedonia/Czechy/Serbia 2025, 95 min 18.05 Dziewczyna ze zdjęcia – komedia romantyczna, Kanada/USA 2023, 85 min 19.30 Życie – dram. obycz., Wielka Brytania/Japonia/Szwecja 2022, 100 min 21.10 Złoto – film sensacyjny, Australia 2022, 95 min 22.45 Ta inna siostra Bennet (6) – kostium., Wlk. Bryt. 23.15 The Pitt 2 (2) – obycz., USA 0.00 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (5) – kom. 0.30 Krzesła (4) – serial kom.
AXN BLACK	POLSAT SERIALE				HBO 3 HD
9.45 Gwiezdne wrota 6 (4-6) 12.45 Kobra – oddział specjalny 12 (5) – sens. 13.50 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (24) – sens., USA 14.50 Drużyna A (3, 16) – sens. 15.50 Nieustraszone 2 (9) 16.55 Zagadki z przeszłości 2 (20) – przyg., Fr./Niem./Kan. 18.00 Gwiezdne wrota 6 (7-9) – serial s.f., USA/Kan. 2002 21.00 Snajper: Ostatni strzał – dramat sensacyjny, USA 2017, 120 min 23.00 Snajper: Koniec zabójcy – film sens., 2020, 110 min 0.50 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze 4 (24) – sens., USA	6.00 Gliniarze (217-219) 9.00 48h. Zaginięni (201-204) 12.55 Kowalscy kontra Kowalscy (21-24) – obycz. 14.55 Świat według Kiepskich (445-449) – kom., Pol. 2014 17.25 Columbo (41, 46) – krym. 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (183) – serial krym., USA/Kanada 21.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 9 (184) – serial krym., USA/Kanada 22.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (185, 186) 0.50 Ślad (80, 81) – krym., Pol. 2.50 Święty (246, 247) – kom. 4.00 48h. Zaginięni (143, 144)				15.20 Harry Potter i Insygnia Śmierci: Część 2 – film przygodowy, USA/Wielka Brytania 2011, 130 min 17.30 Blue Moon – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025, 100 min 19.10 Białe Lotos 2 (4) – kom. 20.10 Stamtąd (2) – serial grozy 21.00 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem (13, 18) 21.45 Porządny człowiek (2) – serial kryminalny, Polska 22.30 Ród smoka 3 (6) – fantasy 23.30 Miniaturowa żona (6) 0.15 Mruwka dwa razy – thriller, USA 2024, 105 min

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM	COMEDY CENTRAL	TVN FABUŁA	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA
6.05 Górale (33-35) – dok. 7.25 Doktor Martin (50) – serial obyczajowy 8.30 Przyjaciółki (163, 164) – obycz., Pol. 10.25 Świat według Kiepskich (20, 21, 111, 112, 198, 199) – serial kom., Polska 13.55 Królowna Śnieżka i Łowca – baśni filmowa, USA 2012, reż. Rupert Sanders, 160 min 16.35 Salon piękności – komedia, USA 2005, reż. Bille Woodruff, 130 min 18.45 Inna kobieta – komedia, USA 2014, reż. Nick Cassavetes, 135 min	6.00 Tata ma plan 4 (11, 12) – serial komediowy, USA 2020 7.00 Dwóch i pół 8 (6-9) – serial komediowy, USA 2010 8.55 Przyjaciele (13-18) – serial komediowy, USA 1995 11.55 Teoria wielkiego podrywy 10 (23, 24) – serial komediowy, USA 2016-2017 12.50 Teoria wielkiego podrywy 11 (1-4) – serial komediowy, USA 2017 14.30 Dwóch i pół 8 (10-13) – serial komediowy, USA 2010 16.30 Przyjaciele (19-24) – serial komediowy	5.05 Szkoła (802) – serial paradokum. 6.00 Kino w drodze (1) 6.30 Kino Buzz Top 5 (8) 6.45 Zakochani po uszy (121, 122) – telen., Pol. 7.45 Detektywi (141-144) – serial fab.-dokum. 9.50 Prawo Agaty 5 (2) – serial obycz., Polska 10.55 Lekarze (9) – obycz. 11.55 Zapakuj do moich drzwi (24, 25) – telen. 13.55 Prawo Agaty 5 (1) 14.55 Detektywi – fab.-dok. 16.00 Na Wspólnej (17, 18) – serial obycz., Polska 17.10 Magia kina (7) – kult. 17.35 Miss agent 2: FILM Uzbrojona i urocza – komedia sensacyjna, USA 2005, 145 min	6.10 Falszerstwo (6) – serial kryminalny, Fr. 6.55 Zagadki Hailey FILM Dean: Randka ze Śmiercią – film krym., USA 2017, 110 min 8.45 Zabójstwo w lesie FILM Broceliande – thriller, Francja 2016, 120 min 10.45 Mentalista 3 (23, 24) – serial kryminalny 12.35 Mentalista 4 (1, 2) – serial kryminalny 14.25 Zagadki Hailey FILM Dean: 2 + 2 = Morderstwo – film kryminalny, USA 2018, 110 min 16.15 Zabójstwo FILM w Grasse – thriller, Francja/Belgia 2016, 125 min	6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dok. 7.15 Podróż kapitana FILM Klipera (4, 5) – anim. 7.40 Bolek i Lolek (13, 2) 8.00 Basia sama w domu FILM – kom., 2021, 115 min 9.55 To nie ze mną 2 (10, 11-ost.) – obycz. 11.05 7 słów FILM o przemijaniu 11.15 Komedia małżeńska FILM – komedia obyczajowa, 1993, 145 min 13.40 Quo vadis (2-ost.) FILM – dramat historyczny, 2001, 120 min 15.40 Wielka majówka FILM – film obyczajowy, 1981, 120 min 17.40 Cztery pancerni FILM i pies (3, 5) – wojenny	6.00 Kabaretowe hity (3) – program rozrywkowy 6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Pol. 7.50 Robert Makłowicz (219, 212) – mag. kulin. 9.40 Zagadki kryminalne FILM panny Fisher 2 (9) – serial krym., Australia 10.55 Górski lekarz (13, 14) – serial obycz., Niemcy 12.55 Zagadki kryminalne FILM panny Fisher 2 (10) – serial krym., Australia 14.00 Zajazd. Będzie się FILM działo (9, 10) – obycz. 16.00 Katastrofy FILM w przestworzach (11, 5, 2) – dok., Kan. 19.00 Aukcja w ciemno 2 (23, 24) – serial dokum.
DRAMAT OBYCZAJOWY	KOMEDIOWY	DRAMAT KOSTIUMOWY	KRYMINALNY	BIOGRAFICZNY	SENSACYJNY
21.00 It Ends with Us FILM – USA 2024, 165 min Lily zakochuje się z wzajemnością w Ryle'u. Przeżywa szok, gdy odkrywa, że jest on niestabilny emocjonalnie oraz ma skłonności do przemocy. 23.45 Predatorzy – film s.f., FILM USA 2010, reż. Nimród Antal, wyk. Adrien Brody, Laurence Fishburne, 130 min 1.55 Ślad (21, 44, 45) – krym., Pol. 2018-2019 4.55 Na ratunek 112 (883, 884) – serial paradokumalny, Polska 2024	19.30 Teoria wielkiego podrywy 11 (5-10) Raj i Sheldon zwierają się Bernadette, że wspólna praca Amy i Howarda bardzo ich niepokoi. Tymczasem Leonard i Penny testują nowy sposób na Coopera. 22.00 The Office PL 3 (9, 10) – serial kom. 23.05 Comedy Club 9 (9, 10) – pr. rozrywk. 0.05 Miasteczko South Park 4 (8, 9) – serial anim. dla dorosłych 1.00 Pracocholicy 5 (10, 11) 2.00 Śmieszniej nie będzie 2 (19, 20)	20.00 Hrabia Monte FILM Christo – Francja/ Belgia 2024, 225 min XIX wiek. Edmond Dantes ucieka z lochu i zdobywa skarb ukryty na wyspie Monte Christo. Mści się na tych, którzy przyczynili się do jego niesłusznego uwięzienia. 23.45 World War Z – horror FILM s.f., USA/Malta 2013, reż. Marc Forster, wyk. Brad Pitt, 145 min 2.10 Kod dostępu FILM – film sensacyjny, USA 2001, 115 min 4.05 Ukryta prawda (1384) – paradok., Pol.	18.20 Mentalista 4 (3-6) – USA 2011 Do Patricka przychodzi Beth Flint. Jej syn został porwany. Beth wierzy w niezwykłe zdolności Jane'a i Nate'a Glassa. Funkcjonariusze CBI rozpoczynają śledztwo. 22.00 Kobra – oddział specjalny (3) – sens. 0.00 Flashback (6) – krym. 1.10 Zabójstwo FILM w Grasse – thriller, Fr./Bel. 2016, 125 min 3.15 Zagadki Hailey FILM Dean: 2 + 2 = Morderstwo – krym., USA 2018, 110 min	20.00 Waleśa. Człowiek FILM z nadziei – 2013, 165 min Pracownik stoczni, elektryk Lech Waleśa, walczy o prawa robotników. Zostaje szefem związków zawodowych. Z czasem zmienia się w charzmatycznego lidera. 22.45 Lokatorka – dramat krym., 2021, 160 min 1.25 Mistrz – dramat biograf., 2020, 120 min 3.25 IO – dramat obycz., Pol./Wł. 2022, 110 min 5.15 Moje Stare – etiuda filmowa, 2023 5.50 Instalowe	20.00 12 godzin FILM – USA 2012, 120 min Złodziej Will wychodzi z więzienia, w którym odbywał karę za napad na bank. Dawny wspólnik porwaja jego córkę, by zmusić kompana do zwrotu zrabowanego łupu. 22.00 Za linią wroga FILM – film sensacyjny, USA 2001, 120 min 0.00 Karma – thriller, USA FILM 2015, reż. Diane Bell, 120 min 2.00 Kosmiczny grzech FILM – film s.f., USA 2021, reż. Edward Drake, 120 min
CINEMAX	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE	ROMANCE TV
11.15 Delikatne liście – film FILM obycz., Belgia 2025, 100 min 12.55 Wielkie ziewnięcie FILM historii – dramat obycz., Iran 2024, 95 min 14.30 Spiata – thriller, Hiszpania 2025, 110 min 16.20 Trudny zakład – komedia, FILM Francja 1997, 100 min 18.00 Strażniczka – dramat kryminalny, 2023, 120 min 20.00 Fargo 4 (3, 4) – serial krym. 22.00 Jackie Brown – film FILM sensacyjny, 1997, 155 min 0.35 Wspomnienia FILM plonącego ciała – dramat obyczajowy, 2024, 90 min 2.05 Fargo 4 (3, 4) – serial krym.	13.25 Święty (15, 16) – kom., Pol. 14.25 Spadkobiercy (9) – rozr. 15.25 Co ludzie powiedzą? 2 (4) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.05 Jedną nogą w grobie 5 (6) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.55 Czarna Żmija 2 (6) – kom. 17.35 Bob kocha Abisole (11-13) – serial komediowy 19.00 Dwóch i pół 8 (6-9) – kom. 21.00 Świat według Kiepskich (13-15) – serial kom., Polska 22.30 Co ludzie powiedzą? 2 (5) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogą w grobie 6 (1) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.50 Czarna Żmija 3 (1) – kom. 0.30 Comedy Club 4 (9) – rozr.	7.00 Bibliotekarze 2 (6-8) 10.00 Medium 2 (9, 10) – krym. 11.50 Zagubiona tożsamość 4 (7, 8) – serial s.f., USA 2014 13.40 Ameryka tonie – film FILM s.f., USA 2023, 110 min 15.30 Medium 2 (11, 12) – krym. 17.20 Zagubiona tożsamość 4 (9, 10) – serial s.f., USA 2014 19.10 Malpa kontra FILM Mechamapa – horror s.f., USA 2023, 110 min 21.00 iZombię 5 (11-13) 0.00 Płonąca pułapka – dram. FILM sens., 2004, 145 min 2.25 Zagubiona tożsamość 4 (9, 10) – serial s.f., USA 2014 4.10 Arcadia (5, 6) – serial s.f.	9.00 Skymed (3) – obycz., Kan. 10.00 CSI: Kryminalne zagadki FILM Miami (20, 21) – krym. 11.55 CSI: Kryminalne zagadki FILM Nowego Jorku (15, 16) 13.45 Agenci NCIS 8 (1, 2) 15.35 CSI: Kryminalne zagadki FILM Miami (22, 23) – krym. 17.25 Z archiwum X (11, 12) 19.15 Agenci NCIS: Sydney (3) 20.10 CSI: Kryminalne zagadki FILM Nowego Jorku (17, 1) 22.00 Zakłamanie (4) – obycz. 23.10 Z archiwum X (12) – s.f. 0.15 Bez twarzy – dramat FILM sensacyjny, 1997, 165 min 3.00 9-1-1: Nashville (3) 4.00 Agenci NCIS: Sydney (3)	9.25 Panna Scarlet FILM i komisarz 2 (5) – krym. 10.20 Panna Marple: Błękitne FILM geranium – krym., USA/ Wlk. Bryt. 2010, 120 min 12.20 Hudson i Rex 4 (9, 10) – serial kryminalny, Kanada 14.35 Poirot 4 – serial krym. 16.45 Strażnik Tekasu 2 (16, 17) – serial sensacyjny 18.55 Poirot 5 – serial krym. 20.00 Walkiria – dramat FILM wojenny, Niemcy/USA/ Włochy 2008, 160 min 22.40 Oddział Delta 2 – film sensacyjny, 1990, 135 min 0.55 Zanim zasne – thriller, FILM 2014, 125 min	14.15 Pulchna jak ja – komedia, FILM Niemcy 2007, 110 min 16.05 Lilly Schönauer. Miłość FILM ma skrzydła – film obyczajowy, Niemcy/ Austria 2006, 115 min 18.00 Górski lekarz (176, 177) – obycz., Niemcy/Austria 20.00 Inga Lindström: FILM Zapomniany ślub – melodramat, Niemcy 2024, reż. Oliver Dieckmann, 115 min 21.55 Dora Heldt: Nierozłączni FILM – komedia romantyczna, s.f., USA 2014, 115 min 23.50 Górski lekarz (176, 177) – obycz., Niemcy/Austria
CINEMAX 2	VIASAT EPIC DRAMA	NOVELAS+	FX COMEDY	FILMBOX+ HITS	PARAMOUNT NETWORK
13.25 Tatùskowie FILM – komediodramat, Hiszpania 2025, 90 min 14.55 Mr. Deeds – milioner FILM z przypadku – komedia romantyczna, 2002, 95 min 16.30 Miedzy słowami FILM – komediodramat, USA/ Japonia 2003, 105 min 18.15 Lepiej być nie może FILM – kom., USA 1997, 135 min 20.30 Jason Bourne – thriller, FILM USA 2016, 125 min 22.35 Helikopter w ogniu FILM – dramat wojenny, USA 2001, 140 min 0.55 The Grudge – Kłątwa FILM – horror, 2004, 90 min	12.05 Zatrącenie w miłości (49) 13.10 Marlow: klub zbrodni 2 (5) – krym., Wlk. Bryt./USA 14.05 Agenci NCIS 17 (8) 15.00 Panna Marple: FILM Tajemnica Sittaford – film kryminalny, Wielka Brytania 2006, 120 min 17.00 Poirot 13 (1) – serial krym. 19.00 Agenci NCIS 17 (9) 21.55 Poirot 5 (1) – serial krym. 22.00 Detektywy Murdoch 19 (7) – krym., Kan./Wlk. Bryt. 21.55 Agenci NCIS 17 (9) 22.50 Poirot 5 (1) – serial krym. 0.00 Agenci NCIS 17 (9) 0.55 Marlow: klub zbrodni 2 (4, 5) – krym., Wlk. Bryt./USA	10.00 Opowieść o wyspie (8) 11.00 Otchłania namiętności (131) – telen., Meksyk 2012 12.00 Za wszelką cenę (101) 13.00 Różę i grzechy (30) 14.00 Historia Juany (58, 59) 16.00 Różę i grzechy (31) 17.00 Za wszelką cenę (102) 18.00 Otchłania namiętności (132) – telen., Meksyk 2012 19.00 Macocho (41) – telenowela 20.00 Opowieść o wyspie (9) 21.00 Historia Juany (59) 22.00 Różę i grzechy (31) 23.00 Za wszelką cenę (102) 0.01 Otchłania namiętności (132) – telen., Meksyk 2012 1.00 Macocho (41) – telenowela	8.40 Simpsonowie 32 (7, 8) 9.35 Diabli nadali (14-17) 11.25 Jim wie lepiej (11, 12) 12.20 Sposób użycia 2 (2, 3) 13.30 Wszyscy Kochają FILM Raymonda 9 (2-6) – kom. 16.00 Simpsonowie 32 (7-10) 18.00 Jak poznałem waszą FILM matkę 4 (21-23) – kom. 19.30 Współczesna rodzina 9 (20-22) – serial komediowy 21.00 Family Guy: Głowa FILM rodziny 20 (6, 7) 22.00 Straszny film 2 – horror FILM komediowy, 2001, 100 min 23.40 Simpsonowie 32 (3, 4) 0.40 Family Guy: Głowa FILM rodziny 19 (20)	10.30 Pan Pip – dramat FILM obyczajowy, 2012, 125 min 12.35 Zadaj o siebie – kom. romant., 2014, 105 min 14.20 Książę i ja – kom. romant., FILM USA/Czechy 2004, 125 min 16.25 Mój najlepszy przyjaciel FILM – komedia obyczajowa, Francja 2006, 105 min 18.10 Zaginiona – thriller, USA 2012, 110 min 20.00 Alex Cross – thriller, USA 2012, 115 min 21.55 American Ultra – film sensacyjny, USA/ Szwajcaria 2015, 110 min 23.45 Widzę cię – thriller, USA FILM 2019, 110 min	9.25 Policjnia grupa FILM pościgowa 17 (10) – dok. 10.20 Pingwiny FILM z Madagaskaru 2 (8) 10.50 Niania w Nowym Jorku FILM – komedia romantyczna, USA 2007, 130 min 13.00 Czarodziejka 4 (21, 22) 14.55 Naga broń 2 1/2 – kom. FILM sens., USA 1991, 110 min 16.45 Transformers 3 – film FILM s.f., USA 2011, 195 min 20.00 Transformers: Wiek FILM złoty – film s.f., USA/ Chiny 2014, 210 min 23.30 Człowiek w ogniu FILM – dramat sensacyjny, USA/ Wlk. Bryt. 2004, 180 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT HD	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery DISCOVERY CHANNEL HD
7.00 Commonwealth Games – Glasgow 2026 – mag. sportowy 8.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – mecz ćwierćfinałowy 11.30 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 3. dzień 13.00 Discovery golf 13.30 Kolarstwo: Tour de l'Ain – 2. etap 14.30 Kolarstwo: Tour de l'Ain – 3. etap 16.00 Kolarstwo: Tour of Denmark – 2. etap 17.45 Kolarstwo: Tour de l'Ain – 3. etap 18.45 Szmierka: MS – Hongkong 2026 – 6. dzień	6.00 Piłka nożna: Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA: Górnik Zabrze – Fenerbahçe 8.45 Siatkówka mężczyzn: LN – ćwierćfinał 13.15 Siatkówka mężczyzn: LN – ćwierćfinał 15.00 Piłka nożna: Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA: Górnik Zabrze – Fenerbahçe 17.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 2. rundy gry pojedynczej 17.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 2. rundy gry pojedynczej	6.00 1 na 1 Extra – mag. 7.10 Ekstraklasa po godzinach – mag. 8.20 Premier League Stories (51) – mag. 9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Sevilla FC – Barcelona 11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 13.50 Wysoki Pressing – magazyn sportowy 15.30 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Sevilla FC – Barcelona 18.00 Premier League Stories (51) – mag. 18.35 Na pierwszym planie (1) – dok., Pol. 19.20 Ekstraklasa – magazyn piłkarski 20.30 Speedway+ – mag.	5.45 Sportowy wieczór – program inform. 6.15 Retro TVP Sport (17) – magazyn sportowy 8.15 Piłka nożna: MS 2026 – ćwierćfinał: Hiszpania – Belgia 10.30 Piłka nożna: MS 2026 – półfinał 12.50 Mundial. Teatr emocji – reportaż, Pol. 13.50 Żużel: Polska – Australia 15.50 Legenda. Hubert Jerzy Wagner – film dokum., Polska 2024 16.55 Piłka nożna: Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA – mecz 2. rundy: Lech – AGF 19.00 Ring TVP Sport – magazyn bokserski	6.00 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski 6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski 7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – FC Köln 9.00 Piłka nożna: Liga włoska: SS Lazio – Inter 11.00 Formula 3: Grand Prix Węgier 12.30 Formula 2: GP Węgier 14.00 Formula 1: GP Węgier 16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Parma 18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfL Wolfsburg – Bayern 20.00 AJ Auxerre – Małe miasto, wielki klub – film dokumentalny	9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 8 10.00 Stacja Alaska – dok. 11.00 Przetrwać nad Jukonem: Droga Celnicy na straży Turcji (9) – serial dok. 12.00 Celnicy na straży Turcji (9) – serial dok. 13.15 Nagi instynkt przetrwania: Brazylia – dok. 14.30 Strażacy (3) – dok. 15.00 Złomowisko PL 7 (8) 16.00 Bimbrownicy 14 – serial dokumentalny 17.00 Przemysłnicy: na lotniskach – dok. 18.00 Lotnisko (8) – dok. 19.00 Nagi instynkt przetrwania – dok. 21.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dok.
LEKKOATLETYKA	TENIS	DOKUMENTALNY	PIŁKA NOŻNA	FORMUŁA 1	DOKUMENTALNY
20.00 Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 4. dzień 22.45 Szmierka: Mistrzostwa świata – Hongkong 2026 – 6. dzień 0.30 Kolarstwo: Tour de l'Ain – 3. etap 1.30 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 4. dzień 3.00 Kolarstwo: Tour de l'Ain – 3. etap	19.00 Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 2. rundy 21.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 2. rundy 23.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz 2. rundy 1.00 Boks	21.00 Bohater z Cienia: Wisła Kraków, Śląsk Wrocław – Polska 22.00 Liderzy. W centrum gry (5) – dok., Polska 22.55 Premier League Stories (51) – magazyn piłkarski 23.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 4.25 Premier League Stories (51) – mag.	20.00 Liga Konferencji UEFA – mecz 2. rundy 23.00 Sportowy wieczór – program inform. 23.30 Retro TVP Sport (23) – magazyn sportowy 1.30 Piłka nożna: Eliminacje Ligi Mistrzów UEFA – mecz 2. rundy: Lech – AGF 3.40 Boks: Gala w Leeds – podsumowanie	20.40 Grand Prix Węgier Podsumowanie zmagania w ramach jedenastej rundy bieżącego sezonu. 22.40 Ligue 1 Show (35) – magazyn piłkarski 23.20 Serie A Season Preview – mag. 0.25 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. 1.15 GP Confidential – magazyn Formuły 1 1.45 F2: Chasing the Dream – mag. motor. 2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Napoli – Cremonese	22.00 Premiera: Złoto drwali: – USA 2024 23.00 Akta ekspedycji 2 0.00 Policjanci z Kent 1.00 Hotrod wg Kindiga 7 – serial dok. 2.00 Królowie kempingu (1) – serial dok., Niem. 3.00 Alarmowy 091 – policjanci z Hiszpanii (11) – dok.
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
9.15 Szmierka: MS – Hongkong 2026 – 6. dzień 13.15 Cycling Show – mag. 13.30 Snooker: Turniej Shanghai Masters – ćwierćfinał 17.00 Triathlon: T100 World Tour 18.45 Kolarstwo: Tour de l'Ain – 3. etap 19.30 Snooker: Turniej Shanghai Masters – ćwierćfinał 20.30 Discovery golf – mag. 21.00 Golf: Rocket Classic – 1. runda 0.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 4. dzień 1.30 Kolarstwo: Tour de l'Ain – 3. etap	6.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – 2. runda 8.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – 2. runda 10.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – 2. runda 12.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 15.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 17.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 20.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 22.30 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Rzeszowie 1.00 Sporty walki: FEN	8.30 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – mecz 2. rundy gry pojedynczej 11.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda 13.30 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda 16.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda 18.25 8 wspaniałych (3) – dok. 19.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda 21.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda 23.15 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda 1.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa	9.00 Beyond The Beaten Path 10.00 AMA Motocross Series Highlights 2017 (13) 11.00 X Games – Norway (4) 12.00 Drift Style (1, 2) – mag. 13.00 IMMAF European Open 14.00 WWE Highlights (49, 43) 15.30 WWE Classic Gold (26) 16.00 EFC – Extreme Fighting Championship 135 (1) 19.30 WWE Classic Gold (44) 20.00 AEW Collision 2 (2630) 22.00 PTW Wrestling (6) 2.00 AMA Motocross Series Highlights 2017 (13) 3.00 Beyond The Beaten Path (1) – serial dokumentalny 4.00 Drift Style (1, 2) – mag.	12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – 1. FC Köln 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Torino FC – Inter 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Mainz – FC Bayern Monachium 18.00 Formula 1: GP Węgier 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Cagliari 22.00 Ligue 1 (36) – mag. piłkarski 23.05 Bundesliga Special (21) 0.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: AVS Futebol SAD – FC Porto 2.00 Werder Double – dok. 3.10 Magazyn piłkarski	10.15 Nowa Maja w ogrodzie 11.15 Idealna niania 4 (9, 10) 12.45 Klinika naturalnego piękna (10, 1-3) 14.45 Szpital (532, 533) 16.45 Idealna niania 4 (8-11) 19.45 Zrob coś z tym dzieckiem (6) – mag. 20.15 Ostatnia szansa (5) – rozr. 21.15 Wycieczkowiec (9) 22.15 Mali kolekcjonerzy 23.15 Nie do uwierzenia! (9) 0.15 Sekrety lekarzy (1) 1.15 Mroczne sekrety Playboya (2) – serial dok. 2.15 Eks-tra zmiana (8, 6) 3.45 Szpital (375, 376) 5.15 Klinika urody (11) – mag.
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 3 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
12.35 Z archiwum ESPN – mag. 13.45 Sporty walki: FEN 58 w Częstochowie – walka: W. Bartnik – J. Jedraszczyk 15.40 Atleti – magazyn sportowy 16.05 Sporty walki: Hybrid MMA 7 w Lesznie: Michał Włodarek – Ion Grigore 17.50 Boks: Babylon Boxing Show & K1 w Nowym Sączu: R. Dudek – K. Kalinowski 2 20.40 K.O. TV Weekly (31) 21.10 Sporty walki: UFC 326: M. Holloway – C. Oliveira 2 23.35 Boks: Gala w Kościelcu – waga ciężka: Nikodem Jezewski – Jakub Sosiński 2.05 K.O. TV Classics (18)	8.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 11.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 13.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 15.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – 2. runda 17.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 19.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 21.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 1.00 Sporty walki: Babylon MMA	9.40 Ekstraklasa – mag. 10.45 Premier League Stories 11.20 Bohater z Cienia – dok. 11.55 Piłka nożna – Legia Warszawa – GKS Katowice (1.04.1995) 12.50 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 15.15 Żużel: PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Stal Gorzów 17.40 Żużel: PGE Ekstraliga: GKM Grudziądz – KS Toruń 20.30 Speedway+ – mag. 21.10 Liga Extra – mag. 23.15 Na pierwszym planie (1) 0.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 2.30 Ligomistrzowe historie	13.00 Made in Italy (7-10) 14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Eintracht 16.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex – Ligue 1 18.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski 18.40 Bundesliga Special (21) 19.35 Podróż do świata Calcio – magazyn piłkarski 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Porto – CD Santa Clara 22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Napoli – Lazio 0.00 Goal Arena Bundesligi	14.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex 16.00 Bundesliga Special (21) 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Bologna 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Eintracht 22.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex 0.00 Najszybsze gole Bundesligi – mag. piłkarski 0.15 Dramatyczne rzuty karne – magazyn piłkarski 0.30 Najlepsze gole Bayernu Monachium – mag. 0.45 Najlepsze gole VfL Wolfsburg – mag. piłkarski	14.55 Dzikie oblicze Japonii 16.55 Salvador – kraj plaż i wulkanów – dok., Niem. 17.55 Morze Południowochińskie. Kolejny punkt zapalny? – film dokum., Fr. 19.00 Mark Zuckerberg: od komputerowego geeka do technologicznego guru – film dokum., Francja 20.00 Motocyklom przez góry Wietnamu – film dokum. 21.00 Odległości – film dokum. 22.30 Książki, których nie spalił Hitler – dok., Niem. 23.35 Na pierwszym planie 0.55 Luis Enrique: Nie mać k**** pojęcia (2) – dok.

20

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

TVP POLONIA	TVP ROZRYWKA	POLSAT CAFÉ	TV 4	TTV HD	TVN STYLE HD
13.50 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 14.40 Turystyczna jazda 15.10 Tamte lata, tamte dni – magazyn kult. 15.40 Słownik polsko@polski (686) 16.10 Na festiwalowej scenie – widowisko 16.30 Barwy szczęścia (3351) – serial obycz. 17.00 Teleexpress 17.20 Gra słów. Krzyżówka (1073) 17.50 Teleexpress Extra 18.15 Tańcząca ze światem – Grecja 18.45 Panorama 19.20 Polacy świata 19.30 Program informacyjny 19.30 19.55 Pytanie dnia – publ.	7.10 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin. 8.20 Familiada – telet. 8.55 Va banque (955) 9.25 Kolo fortuny (1990) 10.05 Makłowicz w podróży – mag. 10.45 Postaw na milion 12.35 Familiada – telet. 13.15 Daleko od szosy (4) 14.40 Pan Mama (42) 15.15 Program rozrywkowy 15.30 Tak to leciało! (72) 16.30 Do śmiechu! (80) 17.25 Va banque (956) 18.00 Kolo fortuny (1991) 18.35 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin. 19.40 Makłowicz w podróży – mag. 20.15 Postaw na milion	6.00 Przyjaciółki (99, 100) – serial obycz., Polska 8.00 halo tu polsat cafe (9) – mag. poradnikowy 11.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (1) – reality show 12.30 Bogaty dom – biedny dom (113, 114) 14.30 10 lat młodsza w 10 dni (5, 6) – pr. rozrywk. 16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (64) – reality show 18.00 Nasz nowy dom (256, 257) – reality show, Polska 20.00 Kolacja w ciemno (43) – pr. rozrywk. 21.05 Więzienie kobiet (96, 97) – serial dokum.	6.00 Strażnik Teksasu (15, 16) – serial sens. 7.55 Bogaty dom – biedny dom (101) 8.55 Policjanci i Policjanci (538, 539) – serial obycz., Polska 10.55 Na ratunek 112 (1136, 1137) – paradok. 11.55 Dlaczego ja? (1565, 1566) – paradok. 13.55 Trudne sprawy (800-802) – paradok. 16.55 Policjanci i Policjanci (1413) – serial obycz., Polska 18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (531) – reality show 19.00 Policjanci i Policjanci (1414) – serial obycz., Polska	8.30 Kartoteka 4 (3, 4) 10.35 Detektywi (55, 56) 12.35 Zakup w ciemno 4 (14) – reality show 13.35 Zakup w ciemno 6 (11) – reality show 14.35 Nic do zgłoszenia 4 (6) – serial dokum., Pol. 15.35 Złomowisko PL 6 (4) 16.45 Express – pr. inform. 16.58 Pogoda, sport 17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (14) 18.05 Nauka jazdy 6 (5) 18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (5) 19.45 Express – pr. inform. 20.05 Zakup w ciemno 6 (12) – reality show 21.05 Zakup w ciemno extra (4) 21.45 Express – pr. inform.	5.15 I nie opuścisz Cię aż do ślubu (4) – reality show 5.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina 7 (13) – serial fab.-dokum. 6.45 Ach, ten ślub! (2) – program rozrywkowy 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn 11.20 Ugotowani (9, 10) – program kulinarno-rozrywkowy 13.30 Kuchenne rewolucje (6, 5) – program rozrywkowy 15.35 I nie opuścisz Cię aż do ślubu (10, 11) – reality show 17.05 W czym do ślubu? (10) – program rozrywkowy
OBYCZAJOWY	ROZRYWKOWY	DOKUMENTALNY	KRYMINALNY	REALITY SHOW	ROZRYWKOWY
20.25 Ranczo 3 (30) – Polska 2008 Po zdaniu egzaminów Szymek odwiedza rodzinę. Matka chciała mu towarzyszyć podczas rozdania dyplomów, ale wstydzi się swojego wyglądu. Lucy i Hadziukowa spieszą jej z pomocą. 21.20 Polonia 24 Tygodnik 22.25 Profilerka Jastrzę (13) 23.15 Panorama 23.45 Doktórka 0.40 Rodzinka.pl (273) 1.10 Kresy (nie)znane (4) 1.30 Program informacyjny 19.30 1.55 Pytanie dnia – publ.	22.15 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (47) Wybór najlepszych skeczy warszawskiej grupy. Kultowe scenki ukazują codzienną sytuację w krzywym zwierciadle i przypominają, za co widzowie kochają kabaret. 22.55 Kabaret Letnia Porą (17) – pr. rozrywk. 23.55 Do śmiechu! (2) – program rozrywkowy 0.45 Niepewne sytuacje 3 (8) – rozr. 1.15 Kolo fortuny (1991, 2057) – telet.	22.00 Ambulans (5) – Polska 2025 Praca ratownika medycznego to codzienna walka ze stresem i ekstremalnymi sytuacjami. Serial ukazuje również koordynację zgłoszeń przez dyspozytorów. 23.00 Gry małżeńskie (198, 199) – reality show, Polska 1.00 Kolacja w ciemno (18, 19) – program rozrywkowy 3.05 Więzienie kobiet (57, 58) – serial dok. 4.00 Zdrady (197, 1) – serial paradok., Pol.	20.00 Uroczysko (227, 228) – Polska 2026 Włodzimierz zostaje zastrzelony we własnej restauracji. Do akcji wkracza śledczy i pewien barman. Jest nim aspirant sztabowy Wiśniewski. Filip sprawdza strzelnicę. 21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (140) 22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1023) 23.00 Zabójcza portierka – thriller, USA 2020, 125 min 1.05 Love Island. Wyspa miłości (43)	22.00 Życie na kredycie 8 (15, 16) – Polska 2026 Życie rodziny Karoliny i Krzyśka wywraca do góry nogami nieoczekiwana diagnoza lekarska. Jarek chce się przeprowadzić. Doprowadza to do kłótni z Yulią. 23.05 Żony Podlasia 3 (9) 0.05 99 – Gra o wszystko. VIP 6 (2) – pr. rozrywk. 1.05 Super Rolnicy (4) 2.05 Dobra robota 3 (24) 2.40 Osadzone. Blok F (23, 24) – paradok., Pol. 3.45 Damy i wieśniaczki. Ukraina 8 (10) – serial fab.-dokum.	17.40 Kuchenne rewolucje (13, 3, 4) Ukraińcy Arek i Igor prowadzą restaurację w Katowicach. Mimo ich wysiłków lokal świeci pustkami. Magda Gessler próbuje zainspirować duet szefów do zmian. 20.50 Projekt City (3, 4) 21.50 Jestem z Polski 16 (30) – serial dokum. 22.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9 0.35 Seks – wypadki (15) – serial fab.-dok., USA 1.35 Dorota was urządzi! (10) – pr. rozrywk.
TVP HD	TVP HD	ZOOM	TLC	C+ KUCHNIA	TVN TURBO
10.45 Gra słów. Krzyżówka 11.20 Na sygnale (696, 697) 12.25 Ojciec Mateusz 8 (99) 13.20 Komisarz Alex 5 (63) 14.15 Ranczo 10 (125, 126) 16.10 Tańcząca ze światem – Grecja (1) – magazyn 16.40 Wyższa Szkoła Jazdy (8) 17.10 Okrasa lamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 26 (342) 19.20 Ranczo 10 (120) – obycz. 20.10 Rodzinka.pl (208, 209) 21.25 Komisarz Alex 25 (316) 22.20 Polowanie – thriller FILM Polska 2023, 130 min 0.30 Replikant – thriller s.f. FILM USA 2001, 110 min	16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel – krym., Austria 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział – obycz., Niemcy/Austria 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – serial obycz. 19.50 Rosamunde Pilcher – Niebezpieczny przybój – melodramat, Niemcy 2011, 120 min FILM Rosamunde Pilcher: Tajemnica białej gołębic – melodramat, Niemcy/Austria 2012, reż. Dieter Kehler, 105 min 23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział	8.05 Strażnik Teksasu 9 (23, 24) – serial sensacyjny 10.00 MacGyver 3 (20) – sens. 11.00 MacGyver 4 (1) – sens. 12.05 Niszczycielskie żywioły 13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2 (31, 32) 14.25 Pod pokładami 11 (4) 15.30 Sensacje XX wieku 17.50 Wojciech Cichewski – bosy przez świat 20.00 Kobra – oddział specjalny 24 (17, 18) 22.00 Dynamo – najlepsze momenty – film dokum. 23.00 Magia nagości. Szwecja 23.55 Magia nagości 6 (4) – rozr. 1.05 Magia nagości (1) – rozr.	13.00 Przyjaźń wielkiej wagi 3 15.00 Wiza na miłość: dalsze losy, pościelowe rozmowy 9 – reality show 16.00 Historie wielkiej wagi 18.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 4 19.00 Megaskery 3 – dok., USA 20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show 21.00 Wielkie lato małych ludzi (4) – reality show 22.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7 (4) 23.00 Skórce na ratunek 7 0.00 Dr Przyszytyla – dok., USA 1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show	13.55 Podróż przez smaki Chin 2 (4) – serial dokum. 14.55 U sąsiadów w kuchni 14 (5, 6) – serial dokumetalny 15.55 Jakubak rozgryza... (12) 16.10 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka 2 (6) 16.35 Jamie Oliver: 5 składników (13, 14) 17.35 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym 18.30 Maximum Foodie 5 (7) 18.55 M jak mięso 3 (6, 7) – dok. 19.50 Nie bój ryby! (2) – mag. 20.15 M jak mięso 8 (2, 3) – dok. 21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6 23.55 Nie bój ryby! 2 (6, 7)	10.15 Ciężarówką przez Indie 11.15 101 napraw (2, 3) – mag. 12.15 Jeździć, obserwować (7) 13.00 Mobilni mechanicy (3, 4) 13.40 Zawodowi handlarze 16.00 Wojny samochodowe 18.00 Raport Turbo – mag. inf. 18.15 Wojny samochodowe 20.15 Moto kombi (8) – mag. 21.00 Ciężarówką przez Chile (9) – program rozrywkowy 22.00 Raport Turbo – mag. inf. 22.15 Jeździć, obserwować (12, 13) – serial dokum., Pol. 23.45 Zawodowi handlarze 0.30 Usterka 16 (20) – fab.-dok. 1.00 101 gadzettoz motoryzacyjnych (8)
NOVA	METRO	ANTENA HD	WP	C+ DOMO	HGTV
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (16) – kom., Pol. 10.00 Miodowe lata (33) – kom. 10.30 Więzienie (163-165) – dok. 12.00 Polort (4, 5) – serial krym. 14.00 Świat według Kiepskich (385, 386) – kom., Pol. 2012 15.00 Świat według Bundy (220-225) – serial kom., USA 18.00 Calkiem nowe lata miodowe (13) – kom., Pol. 18.30 Miodowe lata (93-96) 21.00 Zdrady (24) – paradok., Pol. 22.00 Ślad (58, 59, 97) – krym. 1.00 Łowca pedofilów 3.00 TV okazje (24, 25) 3.50 Wehikuł czasu (730, 729) 4.00 Sala operacyjna 4 (5, 7)	8.30 Szpital (818, 819) 10.30 Sedzia Anna Maria Wesołowska (387, 388) 12.30 SOS Ekipy w akcji (46) 13.30 Brzydula (63, 64) – kom. 14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (3) – obycz. 15.45 The Floor (17, 18) – telet. 17.00 Fani czterech kółek 18 18.00 Magda M. (7) – obycz., Pol. 19.00 Kartoteka 4 (11, 12) – serial fab.-dok., Pol. 2013 21.05 Kryminalni (3, 4) – krym. 23.15 Kuba Wojewódzki (10) 0.25 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 3 (2) – dok. 1.25 Szpital (811) – paradok. 2.25 Szkoła (552, 553)	13.05 Ciężarówką przez śniegi 3 (4) – serial dokum. 14.00 Kłatwa Wyspy Dębów 2 15.00 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 15.55 Australijscy poszukiwacze złota 5 18.00 77 TV 2 (18) – pr. rozrywk. 19.00 77 TV 3 (1) – pr. rozrywk. 20.00 Alex Hugo – górski detektyw (24) – krym., Fr. 22.10 Detektywi Candice: Niezawodny instykt 2 (4) – serial kryminalny, Fr. 23.15 Bathazor: Śledczy fenomen (6) – serial krym. 0.35 Ostatni papier? – dok. 2.25 Celnicy 3 (4, 5) – dok.	13.00 Makłowicz w podróży 14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (15, 16) 16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (1) 16.50 Pogoda 17.00 Miłość warta miliony – komedia romantyczna, USA/Kanada 2024, 120 min 19.00 Strażacy z sąsiedztwa 2 (8) – serial dok., Polska 2026 20.00 Policjanci z sąsiedztwa 7 (6, 7) 21.55 Pogoda 22.00 Mistrzowie Kabaretu 9 23.00 Mistrzowie Kabaretu 17 (5) – program rozrywkowy 0.00 Mistrzowie Kabaretu 3	13.05 Po pierwsze lokalizacja! – Nowa Zelandia (8) 14.05 Wakacyjne domy na wynajem (7) – dok. 15.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (14) – serial dok. 15.55 Daleko od miasta 15 16.50 Gardeners' World 14 (23) 18.00 Ucieczka na wieś 22 (28) 19.00 Wielkie projekty: Wielka Brytania 22 (6) – dok. 20.00 Daleko od miasta 14 (3, 4) – serial dok., Pol. 2025 21.00 Wakacyjne domy na wynajem (8) – dok. 22.00 Cztery pory roku w ogrodach Kew 2 (2) 22.55 Gardeners' World 14 (22)	11.00 Usterka 11 (9, 10) – serial fab.-dokum., Polska 2019 12.25 Moje miasto, mój dom 7 14.30 Mieszkanie na miarę (4) 15.30 Mieszkanie na miarę 4 16.10 Polowanie na ogród 9 18.15 Weekendowa metamorfoza 6 (4, 5) 20.05 Dorota was urządzi! – rozr. 21.35 Będzie pięknie (3) – rozr. 22.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 7 (6) – pr. rozrywk. 23.05 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (1-3) – pr. rozr. 0.45 Kupujemy dom na plaży 22 (8, 9) – dok.

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Nasz nowy dom (319) – reality show 7.30 Na ratunek 112 (957, 958) – serial paradokum., Pol. 2024 8.30 Sekrety rodziny (32-34) – paradok., Pol. 11.30 Trudne sprawy (965) – serial paradokum. 12.30 Dlaczego ja? (1380, 1381) – paradok. 14.30 Świat według Kiepskich (21-25) – serial kom., Polska 17.00 48h. Zaginięci (187, 188) – krym., Pol. 19.00 Gliniarze (1011) – serial paradokum. 20.00 Ślad (3) – krym., Pol. 21.00 Gliniarze (806) – serial paradokum.	6.05 Wydarzenia 6.45 SuperLudzie Extra (42) – magazyn 6.55 Na ratunek 112 (741, 742) – paradok. 7.55 Doktor Martin (7, 8) – serial obyczajowy 10.00 Wydarzenia 10.30 SuperMocni (9, 10) 11.30 Świat według Kiepskich (408-411) – serial kom., Polska 13.30 Bitwa o palety (19) 14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (1) – reality show 16.00 Ninja Warrior Polska (23) 17.55 Świat według Kiepskich (494, 495, 588, 529) 20.00 Złomiarze (20) – dok.	6.00 Więzienie (190, 191) – serial dokumentalny, Polska 2025 6.55 Policjanci i Policjanci (737, 738) – serial obyczajowy, Polska 2020 8.55 Kobra – oddział specjalny (56, 57) – serial sensacyjny, Niemcy 1998 10.55 48h. Zaginięci (190-192) – serial kryminalny, Polska 2023 13.55 Policjanci i Policjanci (1214) – serial obyczajowy, Polska 2024 14.55 Uroczysko (73, 74) – serial kryminalny, Polska 2024	6.00 Zagadki doktora Blake'a 5 (4) – krym. 6.55 Ulica nadziei 2 (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 2022 8.35 Lewis 7 (1) – krym. 9.40 Ojciec Brown 2 (5) – serial kryminalny 10.40 Śmierć pod palmami 4 (1) – krym. 11.45 Zagadki doktora Blake'a 5 (4) – krym. 12.55 Ulica nadziei 2 (3, 4) – krym., Wlk. Bryt. 2022 14.55 Ojciec Brown 9 (3) 16.00 Lewis 7 (1) – krym. 17.00 My Life Is Murder 4 (7) – serial kryminalny 18.00 Morderstwa w Midsummer 25 (1) – krym., Wlk. Bryt. 2025 19.55 Śmierć pod palmami 4 (2) – krym.	9.30 Domisie – dla dzieci 10.00 Przyjaciele 10.20 Olimpiada Bolka i Lolka (13) – anim. 10.30 Bolek i Lolek w Europie (1) – anim. 10.45 Rodzina Treflików 6 (71, 72) – serial anim. 11.10 Odo (100-102) – anim. 11.35 Stacyjkowo (47, 48) 11.55 Pszczółka Maja (34) 12.25 Domisie – dla dzieci 13.00 Ugotuj nam bajkę 13.20 Tygrysek Percy i jego opowieści 13.45 Świnka Peppa 8 14.10 Pająk Lucas 2 (67, 68) 14.30 Oli i Luna (67, 68) 14.55 Oktonauci 2 (67, 68) 15.20 Czekaj, czy mogę Cię zjeść? (34) – mag. 15.40 Bella i Sebastian	6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 7.30 Jeden na jeden 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 9.55 Biznes – pr. publicyst. 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.55 Biznes – pr. publicyst. 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 11.55 Biznes – pr. publicyst. 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 13.55 Biznes – pr. publicyst. 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.55 Biznes – pr. publicyst. 15.00 15 na żywo – inf. 16.00 Fakty po południu 18.00 Tak jest – pr. publ. 19.15 Serwis informacyjny
KRYMINALNY	SENSACYJNY	SENSACYJNY	KRYMINALNY	ANIMOWANY	INFORMACYJNY
22.00 Komisarz Mama (8) – Polska 2021 Zostaje zamordowana pracownica stoczni. Trop prowadzi zespół Marii do Ukrainki nielegalnie przebywającej w Polsce. Okazuje się jednak, że ma on solidne alibi. 23.00 Świat według Kiepskich (385, 386) – serial kom., Pol. 2012 0.00 Ślad (106) – krym., Pol. 1.00 Zdrady II (24) 2.05 Wydarzenia 2.50 Ewa gotuje (497, 498) 3.50 Interwencja – mag. 4.00 SuperLudzie (2) 5.00 Interwencja – mag.	21.00 Bullet Train – Japonia/USA 2022, 160 min Płatny morderca wsiada do pociągu, gdzie ma przejąć walizkę pełną gotówki. Jego misja jest powiązana z zadaniami, które musi wypełnić czwórka innych pasażerów. 23.40 Błękitna głębia – film sensacyjny, USA 2005, 135 min 1.55 Świat według Kiepskich (470-473) – serial kom., Pol. 2015 3.55 Nasz nowy dom (281, 282) – reality show, Polska 2023	15.55 Kobra – oddział specjalny (58, 59) Kurier mafii zostaje napadnięty na autostradzie. Przewoził walizkę z pieniędzmi. W jego samochodzie doszło do uszkodzenia wspomagania kierownicy i hamulców. 18.00 Strażnik Teksasu (17, 18) – serial sens. 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (71, 72) – serial krym. 21.55 Czarna lista 2 (36) 23.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (727, 728) – krym., Pol.	21.00 Blackshore (5, 6) – Irlandia 2024 Mieszkańcy Blackwater biorą udział w niedawno rozpoczętym Festiwalu Whisky. Tymczasem Fia postanawia wreszcie dotrzeć do prawdy. Może liczyć tylko na siebie. 23.10 Zaproszona (1) – krym., Wlk. Bryt. 2025 0.20 Sherlock 2 (2) – krym. 2.10 Morderstwa w Midsummer 25 (1) – krym., Wlk. Bryt. 2025 4.00 My Life Is Murder 4 (7) – serial kryminalny 4.45 Moja rodzinka 3 (13) 5.15 Ojciec Brown 9 (3)	16.10 Pat i świat 2 (100, 101) – Francja/Włochy/Belgia 2020 Lola koresponduje z chłopcem, który mieszka w Japonii. Przygotowuje dla niego paczkę. Tymczasem gołębie zastawiają pułapkę na Pata i zamykają go w klatce. 16.35 Dino Ranczo (65, 66) 17.05 Pszczółka Maja 17.30 Robin Hood (15, 16) 18.00 Mała Marinette 18.30 Idefiks i Nieugięci 19.00 Płys i Bill 19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia 19.20 Piotruś Król 2	19.30 Fakty po Faktach Rozmowy dziennikarzy prowadzących główny serwis informacyjny stacji z gośćmi, którzy komentują wydarzenia z kraju i ze świata. 20.10 Fakty o świecie 21.00 Polska i świat – inf. 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu – mag. 0.25 Biznes – pr. publicyst. 0.45 Fakty po Faktach 1.30 Tak jest – pr. publ. 2.35 Nowa Maja w ogrodzie – mag. 3.00 Akademia ogrodnika – mag. 3.05 Fakty po Faktach
POLSAT PLAY HD 6.00 Budowańcy (23) – dok. 6.30 Kolowrotek (217) – mag. 7.00 Dorwać tuczyka (11, 12) 9.05 Wojny magazynowe 10.00 Wojny kontenerowe (13, 14) – serial dok., USA 11.00 Hardkorowy lombard 14.00 Policy za granicą (69, 70) 16.00 Złomiarze (17, 18) – dok. 18.05 Poszukiwacze historii (207-210) – serial dokum. 20.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (120-123) 22.00 Górale (240) – serial dok. 22.30 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (227, 184, 183, 186, 185, 187-192) 4.00 Starożytni kosmici	FOOD NETWORK HD 13.15 Apetyt na miłość (8) 14.15 Akcja: Restauracja (3) 15.15 Ogniem i patelnią 2 16.20 Kuchenne rewolucje (10) 17.20 Sexy kuchnia Magdy Gessler (1) – mag. kulin. 17.55 Sąsiedzi kontra sąsiedzi 18.55 Dzieci mistrzostwa wypieków (4) 19.50 Perfekcyjni gospodarze 9 (17) – dok. 20.55 Miasto smaków Guya Fieriego (6) – reality show 22.00 Pyszne miejscówki (8) 23.00 Akcja: Restauracja (3) 0.00 Człowiek kontra jedzenie (7-9) – mag. kulin. 1.30 Pyszne miejscówki	POLSAT RODZINA HD 11.00 David Attenborough i cuda natury 2 (4, 3) 12.00 Bogaty dom – biedny dom (136) – reality show 12.55 Rodzina zastępcza (251, 252) – kom., Pol. 2006 14.55 Wielkie wycieczkowce 15.55 Świat z góry (6, 7) – dok. 17.10 Pingwiny z Madagaskaru (2-5) 19.05 Rodzina zastępcza (322) 20.05 Kałkiem nowe lata miodowe (10, 11) – kom. 21.10 Miodowe lata (113) 22.05 Nasz nowy dom 0.00 Sekrety II wojny światowej (4, 5) – dok., Fr. 2.30 Ewa gotuje (444) – mag.	BBC LIFESTYLE HD 10.30 Koreańska uczta Eda i Ryu (1) – dok., Wlk. Bryt. 11.30 Wymarzone domy 2 13.30 Mistrzowie ceramiki 6 14.30 Wielkie nowozelandzkie wypieki 4 (8) – pr. rozywk. 15.40 Zapraszamy do stołu 21 17.50 Wymarzone domy 2 (19) 18.50 Mistrzowie szycia 5 (4) 19.50 Wielkie nowozelandzkie wypieki 4 (9) – pr. rozywk. 21.00 10 lat mniej w 10 dni 2 22.00 Ratunek dla skóry 5 (2) 20.00 Wstydlive choroby: online 3 (4) – serial dokum. 23.55 Kulinarne podróże Billy'ego i Doma (6, 7) 2.00 Mistrzowie ceramiki 6	NICK JR. HD 17.05 Rubble i jego ekipa 4 (9) 17.35 Pan Krokodyl (9) – anim. 17.55 Barabapa – szczęśliwa rodzinka (13) – serial anim. 18.15 Barabapa i jego rodzinka 2 (23) – anim., Fr. 18.40 Dora 4 (7) – serial anim. 19.00 Santiago z móżdżem 19.30 Przygody Misia Paddingtona 2 (24) 19.55 Przygody Misia Paddingtona (15) – anim. 20.07 Świnka Peppa 5 (1-4) 20.31 Świnka Peppa (18) 20.36 Świnka Peppa 5 (23, 24) 20.45 Świnka Peppa (6) 20.55 Barabapa i jego rodzinka 2 (3-5) – anim.	POLSAT NEWS HD 14.55 Pogoda 15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 15.30 Sport, pogoda 15.50 Wydarzenia 15:50 16.10 Więcej „Wydarzeń” – inf. 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ. 18.00 Punkt widzenia Szubartowicza – pr. publ. 19.15 Gość „Wydarzeń” – publ. 19.50 Debata Gozdyry – publ. 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie – pr. inf. 23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny 0.00 Punkt widzenia Jankowskiego – pr. publ.
Kobietko TVP KOBIETA DVB-T2 14.00 Omnibus – szycby i mądry (26) – teleturniej 14.35 Omnibus – szycby i mądry – dogrywka 15.00 Operacja zdrowie (61) 15.30 Ojciec Mateusz 4 (51, 52) – serial kryminalny, Polska 17.25 Kto rządzi światem? (4) 18.30 Żona dla Polaka Toronto (8) – reality show 19.30 Miłość i nadzieja (320) 20.30 Wichrowe wzgórza (301) – serial obycz., Turcja 2024 21.30 La Promesa – pałac tajemnic (285) – obycz. 22.30 Zolza – komedia, Polska FILM 2022 , 105 min 0.15 Niebezpieczne drogi (9)	E! ENTERTAINMENT HD 8.50 Very Cavallari (3, 4) 10.40 Plastikarna fuszerka 12.30 Z kamerą u Kardashianów 15 14.20 Very Cavallari (5, 6) 16.10 Plastikarna fuszerka 18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozywk. 18.30 Z kamerą u Kardashianów 16 (5, 6) 20.30 Very Cavallari (7, 8) 22.30 Plastikarna fuszerka 0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozywk. 1.00 Z kamerą u Kardashianów 15 3.00 Plastikarna fuszerka 5.00 Very Cavallari (3)	TV TRWAM DVB-T 17.55 Poczet wielkich Polaków – program hist. 18.00 Aniol Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokonywane – pr. publ. 19.25 Rodzinny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia” (9) – eduk. 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Misył historia – cykl fel. 21.00 Apel Jasnogórski 20.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia – program publicystyczny 22.00 Głos serca (141) – obycz. 22.45 Półki nadzieja – film dok.	BBC BRIT HD 11.25 Brytyjskie fabryki 4 (3) 12.30 Top Gear 10 (6) – mag. 13.35 W warsztacie (6) – dok. 14.35 Cuda inżynierii 3 (3) 15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 5 (9) – telet. 16.40 Brytyjskie fabryki 4 (3) 17.50 Top Gear 10 (7) – mag. 18.55 Cuda inżynierii 3 (3) 20.00 Brytyjskie fabryki 4 (4) 21.00 Fenomeny współczesnego życia 3 22.00 Niewyjaśnione tajemnice: Loch Ness (1/2) – film dok., Wlk. Bryt. 23.00 Top Gear 10 (6) – mag. 0.05 Top Gear 24 (1) – mag.	MINI MINI+ HD 10.00 Baranek Shaun 11.25 Baczne oczka (1-4) 11.55 Marta mówi (5, 6) – anim. 12.50 Moje urodziny – dla dzieci 12.59 Marta mówi (7, 8) – anim. 13.55 Moje urodziny – dla dzieci 14.00 Basia (12, 13, 1-3) – anim. 15.10 Kicia Kocia (1-5) – anim. 15.55 Klazie i megamaszyn 2 17.20 Staś i fajna Babcia (9, 10) 17.50 Moje urodziny – dla dzieci 17.57 Staś i fajna Babcia (11) 18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia (3, 4) – serial anim., Japonia 18.40 Dora i przyjaciele 2 (7, 8) 19.35 Kicia Kocia (2-6) – anim. 20.25 Mały Charlie (1-5) – anim.	TVP 3 TVP 3 DVB-T2 13.00 Agrobiznes 13.20 Agropogoda 13.30 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz 14.20 Poznań region 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny 15.20 Serwis Info Dzień – inf. 15.30 Program lokalny 19.30 Kałkiem niezła historia 19.45 Kryminalna siódemka 20.00 Dzienniki regionów – inf. 20.13 Gość Regionów – pr. publ. 20.30 Telekurier – mag., Polska 21.00 Program lokalny 22.00 Dzienniki regionów – inf. 22.30 Złoty chłopak (206) – serial obycz., Turcja 2022

Warto zobaczyć

→ filmowe hity

13.45
KINO POLSKA
Ziemia obiecana
OBYCZAJOWY Syn ziemianina otwiera w przyjaciółmi fabrykę włókienniczą w Łodzi. Walczą o jej utrzymanie z rekinami miejscowego przemysłu. Reż.: Andrzej Wajda, A: Daniel Olbrychski, Wojciech Pszoniak
Polska 1974 **215 min ► do godz. 17.20**

14.25
ALE KINO+
Opadające liście
KOMEDIODRAMAT Ansa pracuje w sklepie, a Holappa zarabia na budowie. Drogi tych dwojga krzyżują się przypadkiem na imprezie karaoke. Reż.: Aki Kaurismäki, A: Martti Suosalo, Alma Pöysti, Alina Tornikov
Niemcy 2023 **105 min ► do godz. 16.10**

15.00
TVP KULTURA
Papusza
BIOGRAFICZNY Lata 40. XX w. Jerzy Ficowski dołącza do romskiego taboru. Namawia cygańską poetkę, by opublikowała swoje wiersze. Reż.: Krzysztof Krauze, Joanna Kos-Krauze, A: Jowita Budnik, Antoni Pawlicki
Polska 2013 **140 min ► do godz. 17.20**

17.40
TVN FABUŁA
Bumblebee
SCIENCE FICTION Fanka motoryzacji, Charlie, chce odnowić starego garbusa. Odkrywa, że jej żółty pojazd jest przybyszem z kosmosu. Reż.: Travis Knight, A: Hailee Steinfeld, John Cena, Jorge Lendeborg Jr.
Chiny/USA 2018 **140 min ► do godz. 20.00**

17.55
WARNER TV
Facet z ogłoszenia
KOMEDIA ROMANTYCZNA Sarah po kolejnym rozwodzie nie chce umawiać się na randki. Ojciec i siostry szukają jej partnera przez internet. Reż.: Gary David Goldberg, A: Diane Lane, John Cusack, Elizabeth Perkins
USA 2005 **125 min ► do godz. 20.00**

17.55
POLSAT FILM
Spider-Man: Bez drogi do domu
PRZYGODOWY Tożsamość herosa zostaje ujawniona, co spowodowało kłopoty na Petera. Chłopak prosi o pomoc Strange'a. Reż.: Jon Watts, A: Tom Holland, Zendaya, Benedict Cumberbatch
USA 2021 **185 min ► do godz. 21.00**

21.00
SUPER POLSAT
Obcy – ósmy pasażer „Nostromo”
HORROR SF Astronauci znajdują obcą formę życia. W klaustrofobicznej przestrzeni statku walczą o przetrwanie. Reż.: Ridley Scott, A: Sigourney Weaver, Tom Skerritt, Yaphet Kotto
Wlk. Bryt./USA 1979 **150 min ► do godz. 23.30**

22.30
TVP KOBIEȘA
Księga miłości
OBYCZAJOWY Cierpiący po stracie żony architekt pomaga bezdomnej nastolatce. Marzy ona o zbudowaniu tratwy i przepłynięciu oceanu. Reż.: Bill Purple, A: Jason Sudeikis, Maisie Williams, Jessica Biel
USA 2016 **120 min ► do godz. 0.30**



Uciezka pięknej Heleny z Parysem staje się pretekstem do wznowienia działań wojennych.

20.00 Troja

TVN **HISTORYCZNY** Zakazana miłość staje się początkiem wielkiej wojny. Adaptacja „Iliady” Homera.

HIT DNIA Król Sparty Menelaos i król Troi Priam wyprawiają ucztę z okazji zawarcia rozejmu. Priama reprezentuje na niej starszy syn Hektor, który nie zauważa, jak jego brat Parys uwodzi żonę Menelaosa, Helenę. Gdy zakochany młodzieniec porwuje kobietę, pokój natychmiast zasta-

je zerwany, a wściekli na swoich niedawnych gości Grecy kolejny raz jednoczą swoje siły przeciwko Troi. Do wojny przystępuje także brat Menelaosa – Agamemnon. Miasta broni Hektor, który jest doskonałym strategiem i jednym z najbardziej walecznych Trojan. Grecka armia nie ma pomysłu na sforsowanie

murów miasta. Kolejne ataki kończą się fiaskiem, a wojna wydaje się nie mieć końca. Jedy- nym wojownikiem, który może skutecznie pokierować atakiem na Troję, jest arogancki Achilles. **HD 205 min ► do godz. 23.25**

USA/Malta 2004 Reż.: Wolfgang Petersen Wyst.: Brad Pitt, Diane Kruger, Orlando Bloom, Brian Cox, Eric Bana



20.00
TVP KULTURA
Bounty
PRZYGODOWY Rok 1787. Na statku dowodzonym przez bezwzględne kapitana Williama Bligha wybucha bunt marynarzy. Przywódcą rebeliantów zostaje powszechnie lubiany pierwszy oficer, Fletcher Christian (Mel Gibson).

Reż.: Roger Donaldson Wyst.: Anthony Hopkins
USA 1984 **HD 135 min ► do godz. 22.15**



22.00
METRO
Niezapomniani
THRILLER Tessa (Katherine Heigl) nie może pogodzić się z rozpadem małżeństwa. Na domiar złego były partner znalazł już nową miłość – Julię, z którą planuje ślub. Zazdrosna rozwódka zamierza zniszczyć życie rywalce.

Reż.: Denise Di Novi Wyst.: Rosario Dawson
USA 2017 **HD 125 min ► do godz. 0.05**



20.00
TV PULS
Śmiertelna eskorta
THRILLER Detektyw Johansen (Dolph Lundgren) eskortuje z Meksyku do USA kobiety, które naraziły się kartelowi. Dołącza do niego oficer De La Cruz. Razem muszą odeprzeć atak uzbrojonej grupy bandytów.

Reż.: Dolph Lundgren Wyst.: Christina Villa
USA 2024 **HD 95 min ► do godz. 21.35**



22.05
TV 4
Déja vu
THRILLER SF Nowy Orle- an. Agent Carlin (Denzel Washington) ma odnaleźć sprawcę zamachu na promie. Dzięki tajem- nu projektowi FBI może cofnąć się w czasie o kilka dni i dowiedzieć się, kto podłożył bombę.

Reż.: Tony Scott Wyst.: Paula Patton, Val Kilmer
USA 2006 **HD 155 min ► do godz. 0.40**



20.00
HBO
Bez wyjścia
KOMEDIODRAMAT Man- su (Lee Byung-Hun) traci pracę. By zwiększyć szanse na rozmowie kwalifikacyjnej, chce wyeliminować rywali. Gdy pozbywa się jednego z nich, już nic nie powstrzymuje go przed kolejną zbrodnią.

Reż.: Park Chan-wook Wyst.: Son Ye-jin
Korea Płd. 2025 **HD 135 min ► do godz. 22.15**



22.20
TVN 7
Maverick
WESTERN KOMEDIOWY Na parowcu kursującym po Missisipi organizowane są pokerowe mistrzostwa. Do turnieju zgłasza się oszust Bret. Zauroczony konkurent- ką (Jodie Foster) zbyt późno zdaje sobie sprawę z jej wyrachowania.

Reż.: Richard Donner Wyst.: Mel Gibson
USA 1994 **HD 155 min ► do godz. 0.55**

→ filmowe hity



Związek z Hardinem doprowadza wrażliwą Tessę na skraj załamania nerwowego.

20.00 **After**

TVN 7 **MELODRAMAT** Nieśmiała studentka znajduje nową miłość. Partner odkrywa przed dziewczyną nieznaną jej świat.

HIT DNIA Młoda Tessa przeprowadza się od rodziców do domu studenckiego. Pierwszy rok nauki budzi w niej entuzjazm, bo uporządkowana dziewczyna dobrze wie, jakie ma plany na przyszłość. Wszystko się zmienia, kiedy poznaje Hardina. Chłopak jest jej przeciwieństwem. Zbuntowany i skłonny do ryzyka nie wydaje

się kimś, kto może wzbudzić w niej silniejsze uczucia. Mimo to szybko łączy ich namiętność. Mroczny Hardin wprowadza Tessę w świat uniesień, którego istnienia wcześniej nie podejrzewała. **HD 140 min ► do godz. 22.20**

USA 2019 **Reż.:** Jenny Gage **Wyst.:** Josephine Langford, Hero Fiennes Tiffin, Khadija Red Thunder, Dylan Arnold

20.00 **Nie ma róży bez ognia**
STOKLATKA **KOMEDIA OBYCZAJOWA**

Jan (Jacek Fedorowicz) i Wanda mieszkają w ciasnym pokoju. Małinowski proponuje im zamianę lokum. Radość pary nie trwa długo. Przybywają nieproszeni lokatorzy...

Reż.: Stanisław Bareja **Wyst.:** Halina Kowalska
Polska 1974 **HD 120 min ► do godz. 22.00**



20.00 **Whiplash**
FILMBOX+ HITS **OBYCZAJOWY** Perkusi-
sta Andrew (Miles Teller) dołącza do szkolnej orkiestry, prowadzonej przez Fletchera. Znany z drastycznych metod nauczyciel oczekuje perfekcji. Doprowadza Andrew na skraj załamania.

Reż.: Damien Chazelle **Wyst.:** J.K. Simmons
USA 2014 **120 min ► do godz. 22.00**

22.25 **Moje córki krowy**
TVP 1 **KOMEDIODRAMAT**

Marta (Agata Kulesza), gwiazda seriali, nie potrafi ułożyć sobie życia prywatnego. Jej siostra (Gabriela Muskata) tkwi w nieszczęśliwym małżeństwie. Kobiety zyskują szansę, aby naprawić relacje.

Reż.: Kinga Dębska **Wyst.:** Marian Dziędziel
Polska 2015 **HD 100 min ► do godz. 0.05**



23.25 **Romeo musi umrzeć**
TVN **SENSACYJNY** Han (Jet Li), były oficer policji, jedzie do USA. Pragnie pomścić brata, który zginął z rąk członków gangu. Niebawem zakochuje się w wzajemnością w córce wroga, Trish (Aaliyah).

Reż.: Andrzej Bartkowiak **Wyst.:** Russell Wong
USA 2000 **HD 145 min ► do godz. 1.50**

→ sport

17.55 **Wisła Płock – Widzew Łódź**
C+ SPORT 3 **PIŁKA NOŻNA LIVE**

Nafciarze uczą się funkcjonować z Adamem Majewskim w roli trenera. Czy były selekcjoner reprezentacji Polski do lat 21 poprowadzi ich do pierwszego zwycięstwa ligowego nad Widzewem od 2015 roku? Wisłę czeka wyzwanie. **HD 125 min ► do godz. 20.00**

18.00 **Turniej WTA w Waszyngtonie**
C+ SPORT 2 **TENIS LIVE**

Pora na boje o półfinał. Obecność Naomi Osaki w najlepszej ósemce turnieju nie powinna nikogo zaskoczyć. Podopieczna Tomasza Wiktorowskiego niedawno dotarła do ćwierćfinału Wimbledonu. **HD 120 min ► do godz. 20.00**

20.25 **Motor – Jagiellonia**
C+ SPORT **PIŁKA NOŻNA LIVE**

Wzmocniony m.in. Bartoszem Bereszyńskim i Mateuszem Łęgowskim Motor spróbuje po raz pierwszy w historii ograć Dumę Podlasia. W ubiegłym sezonie w Lublinie zdołał urwać Jagiellonii dwa punkty. **HD 125 min ► do godz. 22.30**

20.25 **Lechia Gdańsk – Warta Poznań**
TVP SPORT **PIŁKA NOŻNA LIVE**

Spadkowicz z Ekstraklasy kontra beniaminek 1. ligi. Goście liczą na to, że targana problemami organizacyjnymi ekipa z Trójmiasta w tym meczu nie będzie w stanie rozwinąć skrzydeł. **HD 155 min ► do godz. 23.00**

→ rozrywka

11.25 **Babski biznes**
TVN **LIFESTYLE**

Marta Klepka pomaga ocalić od upadku firmy uczestniczce programu. Tym razem odwiedza w Sieradzu Karolinę – właścicielkę Stylowych Dekoracji, która zarówno prowadzi biznes, jak i pracuje na etacie. Ekipa specjalistów pomoże jej zmienić strategię. **HD 70 min ► do godz. 12.35**

20.00 **Gwiazdy Kabaretu**
TV 4 **SATYRA**

W odcinku pojawi się Grupa Rafała Kmity, która słynie z doskonałego warsztatu aktorskiego i błyskotliwego humoru. Formacja zaprezentuje m.in. skecze „Wykład o kabarecie”, „Porwanie przez UFO” oraz piosenkę „Latino”. **HD 60 min ► do godz. 21.00**

23.25 **Re_Mind. Chcę to powiedzieć**
TVP 2 **KONCERT**

Impreza inaugurująca pierwszy Kongres i Festiwal Psychologiczny Re_Mind. We wrocławskiej Hali Stulecia wystąpili m.in. WaluśKraksaKryzys, Mela Koteluk, Krzysztof Zalewski i Zakopower. **HD 65 min ► do godz. 0.30**

→ dokument

22.00 **Wojna światów. Jak powstało science fiction**
PLANETE+

KULTURA Dzieło H.G. Wellsa zapoczątkowało nurt opowieści o wrogich kosmitach. Motyw ten od lat inspiruje kolejne pokolenia twórców. **HD 70 min ► do godz. 23.10**

TVP 1 HD DV3 T2

- 5.00 Splątane losy** (12) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 5.50 Akacjaowa 38** (907) – telenowela, Hiszpania 2018
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
- 7.30 Welon, fura i brawura** (9)
- 8.00 Serwis Info** – program inform.
- 8.05 Pogoda Info**
- 8.15 Kolumbowie** (4): Oto dziś... – serial wojenny, Polska 1970
- 9.15 Ranczo** 8 (96) – obycz., Pol. 2014
- 10.10 Komisarz Alex 22** (281): Kret – serial kryminalny, Polska 2024
- 11.05 Ojciec Mateusz 17** (218): Zakład – serial kryminalny, Polska 2017
- 12.00 Serwis Info** – program inform.
- 12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 Agropogoda** – program inform.
- 12.40 Magazyn rolniczy**
- 13.00 Natura w Jedyne: Plaża i jej mieszkańcy** – dok., Niem. 2024
- 14.00 Splątane losy** (13) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 15.00 Serwis Info** – program inform.
- 15.10 Pogoda Info**
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka** (1079) – teleturniej
- 16.00 Dziedzictwo** (995) – serial obyczajowy, Turcja 2020
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.25 Jaka to melodia?** – telet. muz.
- 18.05 Reporterzy** – mag. reporterów
- 18.25 Akacjaowa 38** (924) – telenowela, Hiszpania 2018
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 20.10 Sport, pogoda**
- 20.30 Ojciec Mateusz 33** (425) – serial kryminalny, Polska 2025

TVP 2 HD DV3 T2

- 5.00 Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025
- 5.30 M jak miłość** (1806) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.20 Anna Dymna** – **spotkajmy się**: Dominika Kruczkowska – talk-show
- 6.55 Barwy szczęścia** (3366) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie** – **pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – mag.
- 11.20 Tour de Pologne** – **kroniki** – cykl felietonów
- 11.30 Operacja zdrowie** (81) – magazyn medyczny
- 12.00 Rodzinka.pl** (59): Młodość nie zna strachu – serial komediowy, Polska 2012
- 12.35 Koło fortuny** (1912) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda** (158) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque** (1027) – teleturniej
- 14.35 Na sygnale** (888): Wszystko z miłości – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (445) – serial obycz., Hiszp. 2022 Do pałacu wraca Gregorio, skazany za próbę zabójstwa Pii. Służba podejrzewa, że uciekł z więzienia. Przerazona ofiara ukrywa się przed nim.
- 16.00 Koło fortuny** (1913) – teleturniej
- 16.35 Familiada** – teleturniej
- 17.20 Panna młoda** (159) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 Va banque** (1028) – teleturniej
- 18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 Barwy szczęścia** (3366) – serial obyczajowy, Polska 2026

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** (366, 367): Ostatnia nadzieja: Zona idealna – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy** (1287, 1288) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 11.35 Gliniarze** (904, 905) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 13.40 Dlaczego ja?** (1534, 1535) – serial paradokumentalny, Polska 2026
- Edyta zaczyna podejrzewać męża, Karola, o romans z pracownicą seksualną. Szuka wsparcia u przyjaciela, adwokata Michała, który sugeruje zdobycie dowodów. Niebawem wychodzą na jaw rodzinne tajemnice.
- 15.50 Wydarzenia, pogoda**
- 16.25 Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.40 Gliniarze** (1101, 1102) – serial paradokumentalny, Polska 2025 W brutalny sposób zostaje zamordowany były policjant jednostki antyterrorystycznej. Detektywi kierują podejrzania na jednego z jego dawnych współpracowników. Tymczasem wychodzi na jaw, że mężczyzna przed śmiercią prowadził prywatne śledztwo.
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.20 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.25 Sport, pogoda**

tvn HD DV3 T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1715) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (13): Opole – Caverna Cafe – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.25 Babski biznes** (1) – program rozrywkowy
- 12.35 Ukryta prawda** (1507, 1508, 1740) – serial paradok., Polska
- 15.45 Detektywi** (129) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- Ojciec dwudziestotrzylatka, podejrzanego o zamordowanie swojej dziewczyny, zwraca się o pomoc do detektywów. Młody mężczyzna nie pamięta nic z tragicznej nocy.
- 16.50 Szpital św. Anny** (80) – serial obyczajowy, Polska 2026 Tomek i jego ojczym zdobywają informacje o możliwym miejscu pobytu Marty. Na oddział pediatryczny trafia 9-latk z tikami. Do szpitala policja przywozi nieznacznik. Okazuje się ona matką pacjentki.
- 17.55 Młode gliny** (36) – serial kryminalny, Polska 2026 W przeddzień ślubu w luksusowym dworcu zostaje znalezione ciało 24-letniej Klaudii, ubranej w suknię ślubną i starannie ułożonej na łóżku. Z kolei jej narzeczony – syn właścicieli posiadłości Jakub – znika.
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**
- 19.50 Uwaga!** – magazyn reporterów

20

KRYMINALNY



- 21.25 Drellich** (3) – Polska 2025
- Natan zagraża Izie i dzieciom. Drellich walczy z czasem, by ochronić rodzinę. Nie ustaje także w poszukiwaniu odpowiedzi na pytanie, kto go wrabia. Wkrótce z pomocą Ady odkrywa kolejne tropy. Prawdziwe zagrożenie kryje się bliżej, niż przypuszczał.
- 22.25 Moje córki krowy** – komediodramat, Polska 2015, reż. Kinga Dębska, wyk. Agata Kulesza, Gabriela Muskala, Marian Dziędziel, 100 min
- 0.05 Nocny patrol** – film kryminalny, USA 2019, reż. Joel Souza, wyk. David Krumholtz, Thomas Jane, Bridget Moynahan, Luke Kleintank, 115 min
- 2.00 Plac Zbawiciela** – dramat obyczajowy, Polska 2006, reż. Krzysztof Krauze, wyk. Jowita Budnik, Ewa Wencel, Arkadiusz Janiczek, Natan Gudejko, 115 min
- 3.55 Wyrzycacz kłamstw** – program publicystyczny
- 4.15 Pytanie dnia** – pr. publicyst.
- 4.35 Reporterzy** – mag. reporterów
- 4.45 Oko na świat** – magazyn
- 5.05 Zakończenie**

KOMEDIOWY



- 20.05 Rodzinka.pl** (304): Punkt zwrotny – Polska 2026
- Zosia stara się wesprzeć Kacpra w poszukiwaniu sensu życia. Magda niepokoi się o swoją wyjątkową córkę, próbując znaleźć dla niej najlepsze drogi i możliwości rozwoju. Podczas suto zakrapianej kolacji w domu Boskich dochodzi do poważnej kłótni.
- 20.40 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Grudziądz** – widowisko
- 22.45 To jest grane – wakacyjnie** (99) – program muzyczny
- 23.25 Re_Mind. Chcę to powiedzieć** – skrót koncertu
- 0.30 Kayah na dobry wieczór** – widowisko
- 1.35 Jesień w Nowym Jorku** – komedia romantyczna, USA/Kanada 2022, reż. Michael Robison, wyk. Aimee Teegarden, Evan Roderick, Laura Soltis, Adam Beauchesne, 100 min
- 3.15 Lekcje pana Kuki** – komedia, Polska/Austria 2008, reż. Dariusz Gajewski, wyk. Łukasz Garlicki, August Diehl, Andrzej Grabowski, Anna Przybylska, 100 min
- 4.55 Zakończenie**

WIDOWISKO



- 19.55 Miss Supranational 2026** (1-3) – Polska 2026
- Do rywalizacji stanie ponad 70 kandydatek z wszystkich kontynentów. Nasz kraj będzie reprezentowała Oliwia Mikulska. Uczestniczki zaprezentują się w specjalnie zaprojektowanych strojach narodowych oraz w kilku pokazach kolekcji mody. W koncercie finałowym wystąpią: Oktawia, Alicja Szemplińska oraz Blanka. Gospodarzami gali będą Ida Nowakowska oraz Fezile Mkhize.
- 22.55 Szybko i wściekle** – film sensacyjny, USA/Japonia 2009, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jordana Brewster, Michelle Rodriguez, 135 min
- Czwarta część słynnego cyklu. Mistrz nielegalnych wyścigów samochodowych Toretto usiłuje wyjaśnić w Los Angeles sprawę śmierci swojej ukochanej. Trafia na ślad króla heroiny.
- 1.10 21 Jump Street** – komedia kryminalna, USA 2012, reż. Phil Lord, wyk. Jonah Hill, Channing Tatum, Brie Larson, 145 min
- 3.35 Nasz nowy dom** (300) – reality show

DRAMAT HISTORYCZNY



- 20.00 Troja** – USA/Malta 2004, 205 min
- HIT DNIA** Książę Troi zakochuje się w żonie króla Sparty. Porywa wybrankę. Doprowadza tym do zerwania pokoju i wybuchu wojny. Nominowana do Oscara za kostiumy swobodna adaptacja „Iliady” Homera.
- 23.25 Romeo musi umrzeć** – film sensacyjny, USA 2000, reż. Andrzej Bartkowiak, wyk. Jet Li, Aaliyah, Isaiah Washington, Russell Wong, 145 min
- Potomek azjatyckiego gangstera Han Sing przyjeżdża do USA, żeby odnaleźć zabójców brata. Zakochuje się w Trish, córce największego wroga.
- 1.50 13 minut** – film katastroficzny, USA/Kanada 2021, reż. Lindsay Gossling, wyk. Anne Heche, Peter Facinelli, Thora Birch, Tokala Black Elk, 120 min
- 3.50 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 4.05 Detektywi** (128) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
- 5.00 Nauka jazdy 5** (27) – program rozrywkowy



- 5.25 Ten moment** (10) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
- 5.55 Szkoła** (837-839) – serial paradokumentalny, Polska 2020
- 8.45 Ukryta prawda** (1353, 1475, 1476) – serial paradokumentalny, Polska 2014
- 11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1144-1146) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
- 13.55 Kryminalni 2** (7): Miasteczko – serial kryminalny, Polska 2005
- 15.00 Szpital** (812, 813) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (521): Przyczajony tygrys, ukryty smok – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
- 18.00 SOS Ekipy w akcji** (33) – serial paradokumentalny, Polska 2018 Funkcjonariusze przekazują mężczyźnie, by nie skakał z ostatniego piętra wieżowca. Ustalają przyczynę jego desperackiego kroku. Ruszają też na poszukiwania nastolatki, która zamierza się pozbyć noworodka. W innej części miasta właściciel domku działkowego znajduje nieprzytomnego chłopaka
- 19.00 Ukryta prawda** (1544) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Kornelia wraca z Holandii do Polski, gdzie planuje zostać na stałe. Dowiaduje się, że matka, Anna, pojechała na spotkanie religijnej wspólnoty. Dziewczyna wyczuwa małżeńskie kłopoty rodziców.

MELODRAMAT



20.00 After

FILM – USA 2019, 140 min

Nieśmiała Tessa Young rozpoczyna studia. Pochłania ją nauka. Wszystko zmienia się, gdy poznaje niepokornego i skłonnego do ryzykownych zachowań Hardina Scotta. Szybko zaczynają łączyć ich namiętne uczucie. Ukochany wprowadza spokojną dziewczynę w świat romantycznych uniesień, którego istnienia dotąd nie podejrzewała.

- 22.20 Maverick** – western komediowy, USA 1994, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Jodie Foster, James Garner, Graham Greene, 155 min
- 0.55 Step Up 4: Rewolucja** – film muzyczny, USA 2012, reż. Scott Speer, wyk. Adam G. Sevani, Kathryn McCormick, Ryan Guzman, Jordana DePaula, 125 min

- 3.00 Żyjąc z potworem 9** (12) – serial dokumentalny, USA 2024
- 4.00 Usterka 11** (18) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
- 4.40 Dorota was urządzi!** (7) – program rozrywkowy



- 6.00 Policjanci z Miami 3** (21, 22): Puk, puk, kto tam?; Wikingowie piekiel – serial kryminalny, USA 1987
- 8.00 Kobra – oddział specjalny** (14, 15): Przetrawanie; Bollywood – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 10.00 Maria z przedmieścia** (85, 86) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem** (129) – serial obyczajowy, Meksyk 2008 Patricio przychodzi na przesłuchanie Estefanii. Marichuy nie wie, że Juan Miguel wciąż ją odwiedza. Dziewczyna myśli, że mąż jej nie kocha. Blanca postanawia wyjechać.
- 13.00 Wspaniałe stulecie** (63) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 Kurierzy 2** (48) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 11** (568, 569) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy 2** (49) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 Adam odkrywa brak kilku przesylek. Roman przekazuje paczkę Klarze, która straszy go upiorną maseczką na twarzy. Kurier zruca pakunek, co powoduje serię niefortunnnych zdarzeń.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (986, 987) – serial obyczajowy, Polska 2026 Igor potrąca młodą piosenkarkę Mellę i próbuje ją reanimować, ale gapie oskarżają go o bycie pod wpływem narkotyków. Wyniki badań wykazują, że mężczyzna był trzeźwy.

THRILLER



20.00 Śmiertelna eskorta

FILM – USA 2024, 95 min

Detektyw Johansen eskortuje z Meksyku do USA dwie kobiety, które naraziły się kartelowi. Funkcjonariusz nie kryje się z nienawiścią do imigrantów. Po przekroczeniu granicy dołącza do niego oficer De La Cruz. W drodze policjanci zostają zaatakowani.

- 21.35 Umysł przestępcy** – dramat kryminalny, USA/Wielka Brytania/Bulgaria 2016, reż. Ariel Vromen, wyk. Kevin Costner, Gary Oldman, Tommy Lee Jones, Ryan Reynolds, 145 min

- 0.00 Przetrwaj do świtu** – film sensacyjny, USA 2020, reż. Matt Eskandari, wyk. Bruce Willis, Chad Michael Murray, Shea Buckner, Tyler Jon Olson, 95 min Bandyci wlamują się do domu cenionego chirurga. Żądają pomocy, grożąc jego rodzinie. Lekarz wraz z ojcem próbuje przechrzyć napastników.

- 1.35 Lombard. Życie pod zastaw 18** (981, 982) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 3.55 Zobacz to!** – pr. powtórkowe



- 5.55 Ale numer! 21** (13) – pr. rozrywk.
- 6.20 Cosie-Ktosie** (25) – serial anim.
- 6.30 Kajko i Kokosz 2** (25) – serial animowany, Polska 2021
- 6.45 SamSam: Kosmiczne przygody** (15) – serial anim.
- 7.00 Blaze i megamaszyny 6** (22) – serial animowany, USA 2020
- 7.30 Psi Patrol 2** (14) – serial anim.
- 7.50 Dora** (6) – anim., Kan./USA 2024
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina 2** (1) – serial dla dzieci, USA/Korea Południowa 2023
- 8.50 Masza i Niedźwiedź 6** (1, 2) – serial animowany, Rosja
- 9.20 Straszne historie Maszy** (25) – serial animowany, Rosja 2016
- 9.25 Świnka Peppa 2** (47-49) – serial animowany, Wielka Brytania 2005
- 9.45 Bing** (41, 42) – serial anim., USA 2022
- 10.00 Język i Przyjaciele** (2, 1) – anim.
- 10.35 Spidey i superkumple 2** (32, 31) – serial anim., USA 2022
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** (27, 28) – serial anim., Fr. 2021
- 12.00 Psi Patrol** (11) – serial anim.
- 12.35 Marta mówi** (32) – serial anim.
- 13.00 Smerfy** (208, 209) – serial anim.
- 14.00 Baranek Shaun 4** (9-12) – anim.
- 14.35 My Little Pony: Przyjaźń to magia** (5) – anim., USA/Kan. 2011
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 2** (42, 43) – anim., Fr./Jap./Korea Południowa 2017
- 16.00 Fineas i Ferb 2** (26, 27) – serial animowany, USA 2007-2011
- 17.00 Smerfy** (210, 211) – serial anim.
- 18.00 Pingwiny z Madagaskaru** (11, 12) – serial animowany, USA
- 19.00 Kacze opowieści** (21, 22) – serial animowany, USA 1987

OBYCZAJOWY



20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18

(974) – Polska 2026

Oriana robi zakupy na kolację z Mariną. Nazajutrz Wojtek odwiedza Tanka w pracy. Pracownicy z firmy Barskiego obsługują Chuchro, który chce nabyć silikonowy kombinizon mięsniowy. Zakup przynosi mu same problemy.

- 21.00 Dzielnica strachu 10** (456, 457) – serial krym., Polska 2025-2026
- 23.00 Noc rekinów** – thriller, USA 2011, reż. David R. Ellis, wyk. Sara Paxton, Dustin Milligan, Chris Carmack, Katharine McPhee, 110 min
- 0.50 13. dzielnica** – film sensacyjny, Francja 2004, reż. Pierre Morel, wyk. Cyril Raffaelli, Dany Verissimo, Larbi Naceri, David Belle, 95 min

- 2.25 Dzielnica strachu 10** (452) – serial krym., Polska 2025-2026
- 3.25 Lombard. Życie pod zastaw 12** (657) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 4.25 Niesamowite!** (17) – serial dokumentalny, Polska 2014
- 5.00 Kręcimy z gwiazdami 2** (3) – program rozrywkowy



POTWÓR: HISTORIA EDA GEINA

Historia seryjnego mordercy, który przez dekady inspirował scenariusze znanych produkcji – od „Psychozy” po „Milczenie owiec”. Przerabiając spuściznę Eda Geina (Charlie Hunnam), wychowanego przez religijną fanatykę, dała początek popkulturze obsesji dotyczącej psychopatów.

►serial krym. (8 odc.), USA 2025



POCZUJ MÓJ GŁOS

Nieśmiała nastolatka Eletta (Sarah Toscano) jest niezwykle utalentowaną wokalistką. Pragnie rozwijać swoją artystyczną pasję. Przygotowuje się do egzaminu wstępnego do prestiżowej szkoły muzycznej i marzy o karierze. Jej planów nie akceptują jednak rodzice – głuchoniemi gospodarze rolni.

►komediodram., Wł. 2026; 120 min



NERO

Francja, rok 1504. Néro (Pio Marmai), bezwzględny zabójca, zostaje zdrafcą przez swojego dawnego mistrza. Musi uciekać przed bezlitosnymi prześladowcami. Zabiera ze sobą Perłę, córkę, która dotąd żyła w przekonaniu, że jest sierotą. W trakcie podróży Néro staje w obliczu trudnego wyboru.

►serial przyg. (8 odc.), Francja 2025



LUDZIE, KTÓRYCH SPOTYKAMY NA WAKACJACH

Poppy (Emily Bader) marzy o podróżach i odkrywaniu świata, podczas gdy Alex (Tom Blyth) woli spędzać czas w domu z książką. Mimo różnic są najlepszymi przyjaciółmi. Choć mieszkają daleko od siebie, od dziesięciu lat co roku wspólnie spędzają razem tydzień urlopu.

►kom. romant., USA 2026; 117 min

8.05 **Karate Kid: Legendy** – film przygodowy, USA/Kan. 2025, 95 min
FILM

9.40 **Dzikie łowy** – film przygodowy, Nowa Zelandia 2016, 100 min
FILM

11.20 **Na planie 23 (31)** – magazyn filmowy

11.50 **Hitch: Najlepszy doradca przeciętnego faceta** – komedia romant., USA 2005, 115 min
FILM

13.45 **Agentka** – komedia, USA 2015, 120 min
FILM

15.45 **Na arenie** – dramat obyczajowy, Francja 2024, 95 min
FILM

17.20 **Mroczny Rycerz powstaje** – film sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2012, 160 min
FILM

KOMEDIODRAMAT



20.00 **Bez wyjścia**
– Korea Południowa
P!
FILM 2025, 135 min
Man-su, szczęśliwy mąż i oj-

22.15 **Holland** – thriller, **FILM** USA 2025 reż. Mimi

0.00 **FILM** **Sprzedawcy 2**
– komedia, USA 2006,
wyk. Rosario
Dawson, 95 min

1.35 **FILM** **Sprzedawcy 3**
– komediodramat,
USA 2022, 95 min

10.55 Lombard – dramat
FILM obyczajowy, 2020, 90 min

12.25 Gracje (9, 10) – serial kom.
FILM

13.25 Alita: Battle Angel – film
sf., USA 2019, 115 min

**15.20 Saga „Zmierzchu”: Przed
świtem. Część 2** – film
fantasy, USA 2012, 115 min

17.15 Kompletnie nieznany
– dramat biograficzny,
FILM USA 2024, 135 min

19.30 Noc w zoo – anim., Kan.
Belgia/Fr. 2020, 90 min

21.00 Nasz syn – dramat
obyczajowy, 2023, 100 min

22.40 Nasz doktor – dok., 2023

23.20 Abigail – horror, USA/
Irlandia 2024

10.45 Rodzice 3 (5, 6) – kom.
FILM **W potrzasku** – dramat
obyczajowy, 2025, 100 min

13.20 Fantastyczny Pan Lis
FILM – film anim., 2009, 90 min

14.50 W skrócie
FILM – komediodramat, Niemcy
2024, 105 min

16.35 Przegląd tygodnia:
Wieczór z Johnem
Oliverem 13 (18)
– talk-show

17.20 Salve Maria – dramat
FILM obycz., Hiszp. 2024, 110 min

19.10 Białe Łotos 2 (5) – kom.

20.10 Stamtąd (7) – serial grozy

21.00 Czysta krew 5 (7-10)
– serial obycz., USA 2012

STACJE FILMOWE I SERIALOWE

POLSAT FILM	COMEDY CENTRAL	TVN FABUŁA	13 ULICA	KINO POLSKA	STOPKLATKA
6.00 Jedziemy na ryby! (26) – serial dokum. 6.55 Na ratunek 112 (864) – serial paradok. 7.25 Doktor Martin (51) – serial obyczajowy 8.25 Przyjaciółki (165, 166) – obycz., Pol. 10.25 Świat według Kiepskich (22, 23, 113, 114, 95, 96) 13.40 Inna kobieta – kom., USA 2014, 130 min 15.50 Dwyzwion 303. FILM Historia prawdziwa – film wojenny, Polska 2018, 125 min 17.55 Spider-Man: Bez drogi do domu – film przygodowy, USA 2021, 185 min	6.00 Tata ma plan 4 (13) – serial komediowy, USA 2020 6.30 Tata ma plan (1) – serial komediowy, USA 2016 7.00 Dwóch i pół 8 (10-13) – serial komediowy, USA 2010 8.55 Przyjaciele (19-24) – serial komediowy 11.55 Teoria wielkiego podrywu 11 (5-10) – serial komediowy 14.30 Dwóch i pół 8 (14-16) – serial komediowy 16.00 Dwóch i pół (1) – serial komediowy, USA 2003 16.30 Przyjaciele 2 (1-6) – serial komediowy, USA 1996	5.05 Szkoła (803) – serial paradok. 6.00 Absolwenci (3) 6.30 Seriaale Top 5 (7) 6.45 Zakochani po uszy (123, 124) – telen., Pol. 7.45 Detektywi (145-148) – serial fab.-dokum. 9.50 Prawo Agaty 5 (3) – serial obycz., Polska 10.55 Lekarze (10) – obycz. 11.55 Zapukaj do moich drzwi (26, 27) – telen. 13.55 Prawo Agaty 5 (2) 14.55 Detektywi – fab.-dok. 16.00 Na Wspólnej (19, 20) – serial obycz., Polska 17.05 Superbohaterowie (8) – program kult. 17.40 Bumblebee – film s.f., Chiny/USA 2018, reż. Travis Knight, 140 min	6.05 Knok (1) – serial krym. 6.55 Zagadki Hailey Dean: 2 + 2 = Morderstwo – film kryminalny, USA 2018, 110 min 8.45 Zabójstwo w Grasse – thriller, Francja/Belgia 2016, 125 min 10.50 Mentalista 4 (3-6) – serial kryminalny 14.30 Zagadki Hailey Dean: Chęć zabijania – film krym., USA 2020, 110 min 16.20 Zabójstwo w Strasburgu – thriller, Francja 2016, 120 min 18.20 Mentalista 4 (7-10) – serial kryminalny	7.20 Podróże kapitana Klipera (6, 7) – anim. 7.40 Bolek i Lolek (3, 4) – serial animowany 8.00 Papierowe małżeństwo – kom. obycz., Polska/Wlk. Bryt. 1991, 110 min 9.50 To nie ze mną 2 (11-ost.) – serial obycz. 10.30 Pan Kleks w kosmosie (1/2, 2-ost.) – przyg., Pol./Czechosłowacja 1988, 195 min 13.45 Ziemia obiecana – dramat obyczajowy, 1974, 215 min 17.20 Cztery pancerni i pies (5, 6) – wojenny 20.00 Kogel-mogel – kom. obycz., 1988, 135 min	6.00 Kabaretowe hity (4) – program rozrywkowy 6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat 7.50 Robert Makłowicz (154, 202) – mak. kulin. 9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (10) – serial krym., Australia 10.55 Górski lekarz (14, 15) – serial obycz., Niemcy 12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (11) – serial krym., Australia 14.00 Zajazd. Będzie się działo (10, 11) – serial obyczajowy, Pol. 2025 16.00 Katastrofy w przestworzach (12, 6, 3) – dok., Kan. 19.00 Aukcja w ciemno 2 (24, 25) – serial dokum.
WESTERN	KOMEDIOWY	PRZYGODOWY	OBYGAJOWY	KOMEDIODRAMAT	KOMEDIA OBYGAJOWA
21.00 Gwiazdorski piątek: Siedmiu wspaniałych – USA/Australia 2016, 165 min XIX wiek. Przestępcy terroryzują miasteczko Rose Creek. Wdowa po jednej z ich ofiar prosi oficera Chisolma o pomoc w walce z bandytami. 23.45 Znaki – thriller s.f., USA 2002, reż. M. Night Shyamalan, 135 min 2.00 Ślad (23-25) – krym., Polska 2018-2019 4.55 Na ratunek 112 (884, 885) – paradok.	19.30 Teoria wielkiego podrywu 11 (11-16) Sheldon i Howard przygotowują się do obchodów urodzin Amy i Hailey. Leonard otrzymuje od swojego brata świąteczny list. Niestety jego treść wpędza go na depresję. 22.00 The Office PL 3 (11, 12) – serial kom. 23.05 Comedy Club 9 (11, 12) – pr. rozrywk. 0.05 Miasteczko South Park 4 (10, 11) – serial anim. dla dorosłych 1.00 Pracocholnicy (12, 13) 2.00 Śmieszniej nie będzie 2 (21, 22)	20.00 Liga Sprawiedliwości – USA/Kanada/Wielka Brytania 2017, 150 min Ziemni zagraża armia Steppenwolf. Batman i Wonder Woman wraz z resztą sojuszników z Ligi Sprawiedliwości stają do walki z wrogiem. 22.30 Pan i pani Smith – kom. sens., USA 2005, 150 min 1.00 Furia – dramat wojenny, USA/Chiny/Wielka Brytania 2014, 165 min 3.45 Najpiękniejsza muzyka filmowa (5)	22.00 Nikt nie porzuci mojej córki – USA 2024, 115 min Theresa i Jimmy są o krok od rozwodu. Matka kobiety, Mary, uważa, że terapia małżeńska nie ma sensu, a panny zabójca będzie lepszym rozwiązaniem. 23.55 Plan doskonały 2 – film sensacyjny, USA 2019, reż. M.J. Bassett, 130 min 2.05 Zabójstwo w Strasburgu – thriller, Francja 2016, reż. Laurence Katrian, 120 min	22.15 Skrzydlate świnię – 2010, 140 min Oskar jest kibicem drużyny Czarni Grodzisk. Brak perspektyw sprawia, że zgadza się podjąć pracę dla lokalnego potentata. Jego kolekcja pocztuży to za zdradę. 0.35 Zgorszenie publiczne – komedia romantyczna, 2009, 120 min 2.35 Przepraszam, czy tu biją? – sens., 1976, reż. Marek Piwowski, 115 min 4.30 Obudź się – dramat obycz., 2022	20.00 Wreszcie piątek: Nie ma róż bez ognia – Polska 1974, 120 min Jan i Wanda żyją w ciasnym pokoju. Zgadają się na zamianę lokum. Radość pary nie trwa długo, gdy do nowego mieszkania wprowadzają się nieproszeni lokatorzy. 22.00 Kult – thriller, Niemcy/USA/Kanada 2006, reż. Neil LaBute, 120 min 0.00 Mgła – horror, USA/Kanada 2005, 145 min 2.25 Obława – dramat wojenny, Polska 2012, 105 min
CINEMAX	POLSAT COMEDY CENTRAL EXTRA	SCI FI	FX	FILMBOX+ ONE	ROMANCE TV
8.05 Francuski minister – kom., Fr. 2013, 115 min 10.00 Stróżniczka – dramat kryminalny, 2023, 115 min 11.55 Bez twojej miłości 12.15 Pierwsza krowa – western, 1920 min 14.15 Steve Jobs – dramat biograficzny, Wielka Brytania/USA 2015, 125 min 16.20 Francuski minister – kom., Fr. 2013, 115 min 18.15 Rubieże – film obyczajowy, USA 2025, 105 min 20.00 Żona na niby – komedia, USA 2011, 115 min 21.55 Incepcja – thriller s.f., USA/Wielka Brytania 2010	13.25 Święty (17, 18) – kom., Pol. 14.25 Spadkobiercy (10) – rozr. 15.20 Co ludzie powiedzą? 2 (5) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.05 Jedną nogę w grobie 6 (1) – serial kom., Wlk. Bryt. 16.55 Czarna Żmija 3 (1) – kom. 17.35 Bob kocha Abisholę (14-16) – serial komediowy 19.00 Dwóch i pół 8 (10-13) 21.00 Świat według Kiepskich (1-3) – serial kom., Pol. 2011 22.30 Co ludzie powiedzą? 2 (6) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.05 Jedną nogę w grobie 6 (2) – serial kom., Wlk. Bryt. 23.50 Czarna Żmija 3 (2) – kom. 0.30 Comedy Club 4 (10) – rozr.	10.00 Medium 2 (11, 12) – krym. 11.50 Zagubiona tożsamość 4 (9, 10) – serial s.f., USA 2014 13.40 Malpa kontra Mechmalpa – horror s.f., USA 2023, 110 min 15.30 Medium 2 (13, 14) – krym. 17.20 Zagubiona tożsamość 4 (11, 12) – serial s.f., USA 19.10 Malpa i Mechmalpa : Nowy porządek – film s.f., USA 2024, reż. Marc Gottlieb, 110 min 21.00 Człowiek widmo – thriller, USA/Niemcy 2000, 135 min 23.15 Człowiek widmo 2 – horror, USA 2006, 115 min	7.00 Kości (20, 21) – serial krym. 9.00 Skymed (4) – obycz., Kan. 10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (22, 23) – krym. 11.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (17, 1) 13.45 Agenci NCIS 8 (3, 4) 15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (24, 1) – serial krym. 17.25 Z archiwum X (12, 13) 19.15 Agenci NCIS: Sydney (4) 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (2, 3) 22.00 Szklana pułapka 2 – film sensacyjny, 1990, 150 min 0.30 Z archiwum X (13) – s.f. 1.35 Zabójcze umysły 14 (15) 2.30 Zabójcze umysły (1, 2)	8.10 Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (5) – krym. 9.25 Panna Scarlet i komisarz 2 (6) – krym. 10.20 Panna Marple: Zwierciadło pękło w odlamków stós – film kryminalny, 2011, 120 min 12.20 Hudson i Rex 4 (10, 11) 14.35 Poirot (1) – serial krym. 16.40 Stróżniczka 2 (17, 18) – serial sensacyjny 18.55 Poirot (6) – serial krym. 20.00 Next – thriller s.f., USA 2007, reż. Lee Tamahori, wyk. Nicolas Cage, 120 min 22.00 Nienawistna osemka – western, 2015, 225 min	16.05 Wielki powrót – komedia, Niemcy 2011, 115 min 18.00 Ucieczka przez Piekelną Dolinę – film kryminalny, Niemcy/Austria 2019, 120 min 20.00 Rejs ku szczęściu – podróże posłubna do Piemontu – film obyczajowy, Niemcy 2018, 115 min 21.55 Miłość na Arubie – film obyczajowy, USA 2021, reż. Brian Brough, 120 min 23.55 Ucieczka przez Piekelną Dolinę – film kryminalny, Niemcy/Austria 2019, 115 min
CINEMAX 2	VIAPIC EPIC DRAMA	NOVELAS+	FX COMEDY	FILMBOX+ HITS	PARAMOUNT NETWORK
15.15 Jason Bourne – thriller, USA 2016, 120 min 17.15 Wszystko będzie dobrze – dramat obyczajowy, Hongkong/Chiny 2024, 95 min 18.50 Co się zdarzyło w Las Vegas – komedia romant., USA 2008, 100 min 20.30 W słońcu – film obyczajowy, Portugalia 2025, reż. João Rosas, wyk. Francisco Melo, 100 min 22.10 Nigdy więcej słońca – dramat fantasy, Serbia 2024, 75 min 23.25 Cienka czerwona linia – film wojenny, USA 1998	10.30 Lekarze na miłość (15, 16) 12.00 Zatrącenie w starości (50) 13.05 Marlow: klub zbrodni 2 (6) – krym., Wlk. Bryt./USA 14.10 Agenci NCIS 17 (9) 15.05 Panna Marple: Hotel Bertram – film krym., Wlk. Bryt. 2007, 120 min 17.05 Poirot (12) – serial krym. 19.00 Agenci NCIS 17 (10) 21.55 Poirot 5 (2) – serial krym. 23.00 Marlow: klub zbrodni (3) – krym., Wlk. Bryt./USA 22.00 Morderstwo w małym mieście (3) – krym., Kan. 22.55 Robin Hood (4) – przyg. 0.00 Poirot 5 (2) – serial krym. 1.05 Agenci NCIS 17 (10)	10.00 Odpowiedź o wyspie (9) 11.00 Otchłań namiętności (132) – telen., Meksyk 2012 12.00 Ja wszelką cenę (102) 13.00 Róże i grzechy (31) 14.00 Historia Juany (59, 60) 16.00 Róże i grzechy (32) 17.00 Ja wszelką cenę (103) 18.00 Otchłań namiętności (133) – telen., Meksyk 2012 19.00 Macocho (42) – telenowela 20.00 Odpowiedź o wyspie (10) 21.04 Historia Juany (60) 22.00 Róże i grzechy (32) 23.00 Ja wszelką cenę (103) 0.00 Otchłań namiętności (133) – telen., Meksyk 2012 1.00 Macocho (42) – telenowela	11.30 Jim wie lepiej (13, 14) 12.25 Sposób użycia 2 (4, 5) 13.30 Wszyscy kochają Raymonda 9 (7-11) – kom. 16.00 Simpsonowie 32 (9-12) 18.00 Jak poznałem waszą matkę 4 (24) – serial kom. 18.30 Jak poznałem waszą matkę 5 (1, 2) – serial kom. 19.30 Współczesna rodzina 10 (1-3) – kom., USA 2018-2019 21.00 Family Guy: Głowa rodziny 20 (8, 9) 22.00 Straszny film – horror komediowy, 2000, 100 min 23.40 Simpsonowie 32 (5, 6) 0.35 Family Guy: Głowa rodziny 20 (3, 1, 4, 2)	12.45 Do zobaczenia we wróżni – komedia romant., USA 2010, 105 min 14.30 Książę i ja: Królewskie wesela – komedia romant., USA 2006, 110 min 16.20 Proza życia – komedia, USA 2017, 115 min 18.15 Miłość x 3 – komediodramat, USA 2020, 105 min 20.00 Whiplash – dramat obyczajowy, 2014, 120 min 22.00 Człowo do pary – dramat obyczajowy, 2014, 105 min 23.45 Mroczna korona – film fantasy, Wielka Brytania 2025, 150 min	10.50 Ilu miałas facetów? – komedia romantyczna, USA 2011, 130 min 13.00 Czarodziejki (1, 2) 14.55 Naga broń 33 1/3 FILM Ostateczna zniewaga FILM Transformers: Wiek zagłady – film s.f., USA/Chiny 2014, 210 min 20.00 Transformers: Ostatni Rycerz – film s.f., USA/Chiny/Kanada 2017, reż. Michael Bay, 190 min 23.10 Ciche miejsce – horror, USA 2018, 110 min 1.00 Pulp Fiction – dramat sensacyjny, 1994, 185 min

STACJE SPORTOWE

EUROSPORT 1 HD	POLSAT SPORT 1 HD	CANAL+ SPORT HD	TVP SPORT	ELEVEN SPORTS 1 HD	Discovery CHANNEL HD
8.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – półfinał 11.00 Żeglarsstwo: SailGP w Portsmouth 12.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 4. dzień 13.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France 13.30 Kolarstwo: Tour de l'Ain – 3. etap 14.30 Kolarstwo: Tour of Denmark – 2. etap 15.45 Kolarstwo: Tour of Denmark – 3. etap 17.45 Kolarstwo kobiet: Tour de France 18.15 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow	6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 8.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 10.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów 12.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 15.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 17.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej 17.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej 19.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej 20.00 Super Piątek – magazyn piłkarski	6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 8.25 Speedway+ – magazyn sportowy 9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Getafe CF – Real Madryt CF 11.20 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 13.40 1 na 1 Extra – magazyn sportowy 14.50 Byłem królem (4) – serial dok., Pol. 15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Getafe CF – Real Madryt CF 18.10 Bohater z Cienia – serial dok., Polska 19.20 Speedway+ – magazyn sportowy 20.00 Super Piątek – magazyn piłkarski	6.15 Retro TVP Sport (13) 8.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – finał 10.45 Kolarstwo kobiet: Tour de Pologne – podsumowanie 12.15 Piłka nożna: Eliminacje Ligi Konferencji UEFA – mecz 2. rundy 14.25 Skoki do wody: ME – Paryż 2026 – drużyny mieszane 16.00 Sportowe ABC 16.20 Skoki narciarskie: Letnie Grand Prix w Wiśle – podsumowanie konkursów z 2022 roku 17.55 Piłka nożna: Betclitc 2. Liga: Znicz – Legia II	6.00 Najlepsi napastnicy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski 6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski 7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfL Wolfsburg – Bayern 9.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – Cagliari Calcio 11.00 Formula 3: Grand Prix Węgier 12.30 Formula 2: GP Węgier 14.00 Formula 1: GP Węgier 16.00 Piłka nożna: Liga włoska: SS Lazio – Inter 18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – FC Köln 20.00 F2: Chasing the Dream – mag.	6.00 Dżungla złota – serial dok. 8.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 8 – serial dok. 10.00 Stacja Alaska – serial dok., USA 2014 11.00 Przetrawać nad Jukonem – dok., USA 12.00 Celnicy na straży Turcji (10) – serial dok. 13.15 Nagi instynkt przetrwania: Brazylia – serial dok. 14.30 Strażacy (4) – dok. 15.00 Złomowisko PL 7 (9) – serial dok., Pol. 2018 16.00 Bimbrownicy 14 – serial dok. 17.00 Przemitycy: na lotnisku – serial dok., USA
LEKKOATLETYKA	TENIS	PIŁKA NOŻNA	PIŁKA NOŻNA	MAGAZYN PIŁKARSKI	ROZRYWKOWY
20.00 Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 5. dzień Do akcji wkraczają panie specjalizujące się w biegu na 200 metrów, między innymi Shericka Jackson. 23.00 Snooker: Turniej Shanghai Masters – mecz półfinałowy 0.30 Kolarstwo: Tour de France 1.30 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 5. dzień 3.00 Kolarstwo: Tour of Denmark – 3. etap	19.00 Turniej ATP w Waszyngtonie – ćwierćfinał Ben Shelton po raz kolejny wystąpi w Waszyngtonie. Amerykanin spróbuje poprawić swój rezultat sprzed roku. Wówczas odpadł w półfinale, przegrywając z Alejandro Davidovichem Fokinem. 21.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – ćwierćfinał 23.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej 1.00 Boks	20.25 PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Jagiellonia Białystok Duma Podlasia w przedsezonowych sparingach mierzyła się ze Spartą Praga i duńskim Nordsjælland. 22.30 Super Piątek – magazyn piłkarski 23.05 Sporty walki: ONE Friday Fights 164 2.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Motor Lublin – Jagiellonia Białystok 4.55 Ligomistrzowe historie (5) – magazyn piłkarski	20.05 Betclitc 1. Liga: Lechia Gdańsk – Warta Gospodarze w poprzednim sezonie spadli z PKO BP Ekstraklasa, natomiast ekipa gości awansowała z 2. ligi. 23.00 Sportowy wieczór – program inform. 23.30 Skoki do wody: ME – Paryż 2026 – drużyny mieszane 0.30 Piłka nożna: Eliminacje Ligi Konferencji UEFA – mecz 2. rundy 2.35 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie	20.25 Made in Italy (14) Rzut okiem na kluby piłkarskie stanowiące wizytówkę włoskiej Serie A. Kibice zająłby do szatni takich zespołów, jak AC Milan, Genoa CFC czy Fiorentina. 20.40 Formula 1: GP Węgier 22.40 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski 23.20 Ligue 1 Season Review (36) – mag. piłkarski 0.25 Bundesliga Special (22) – mag. piłkarski 1.05 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2)	18.00 Polscy truckersi (1) Program przybliża pracę polskich kierowców wielkich ciężarówek, którzy rozwiozą towar po całej Europie. Pokazuje m.in., z jakimi przeszkodami muszą się mierzyć. 19.00 Nagi instynkt przetrwania – dok. 21.00 Zawodowcy (2) 22.00 Najniebezpieczniejszy zawodź świata 22 – dok. 23.00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata 1.00 Hotrod wg Kindiga 7 – serial dok.
EUROSPORT 2 HD	POLSAT SPORT 2 HD	CANAL+ SPORT 2 HD	EXTREME CHANNEL HD	ELEVEN SPORTS 2 HD	life DISCOVERY LIFE HD
12.00 Kolarstwo kobiet: Tour de France – mag. 12.30 Snooker: Turniej Shanghai Masters – półfinał 13.30 Snooker: Turniej Shanghai Masters – półfinał 16.30 Motocross: MŚ w Loket 18.00 Biegi górskie: GT World Series 19.30 Snooker: Turniej Shanghai Masters – mecz półfinałowy 21.00 Golf: Rocket Classic – 2. runda 0.00 Lekkoatletyka: Commonwealth Games – Glasgow 2026 – 5. dzień 1.30 Kolarstwo: Tour of Denmark – 3. etap	8.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 10.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 12.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 15.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 17.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 20.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 20.55 Piłka nożna: Liga szkocka: Dundee Utd – Rangers 23.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – ćwierćfinał 1.00 Sporty walki: FEN	11.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda 13.30 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda 15.45 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – 2. runda 18.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał 20.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał 22.00 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał 0.30 Tenis: Turniej WTA w Waszyngtonie – ćwierćfinał	9.00 Beyond The Beaten Path 10.00 AMA Motocross Series Highlights 2017 (14) 11.00 X Games – Norway (5) 12.00 Drift Style (3, 4) – mag. 13.00 IMMAF European Open 14.00 WWE Highlights 17.00 KPW Kombatt TV (10, 28) 19.00 WWE Classic Gold 20.00 AEW Dynamite (2629) 22.00 PTW Wrestling (7) 0.30 New Japan Wrestling – Highlights (27, 1) 2.00 AMA Motocross Series Highlights 2017 (14) 3.00 Beyond The Beaten Path (2) – serial dokumentalny 4.00 Drift Style (3, 4) – mag.	12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Heidenheim 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Parma Calcio 1913 16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: VfL Wolfsburg – Bayern 18.00 Formula 1: GP Węgier 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Torino FC – Inter 22.00 Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością – dok. 22.40 Serie A – mag. piłkarski 23.45 Made in Italy (20) – mag. 0.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Porto – CD Santa Clara	10.15 Nowa Maja w ogrodzie 11.15 Idealna niania 4 (10, 11) 12.45 Klinika naturalnego piękna (2-5) – reality show 14.45 Szpital (533, 534) 16.45 Idealna niania 4 (9-11) 19.00 Idealna niania 5 (1) 19.45 Zrob coś z tym dzieckiem (7) – mag. 20.15 De Frogers: przegoda na kółkach (4) 21.15 Dr Przyszyciela 3 (16) 22.15 Milosny znak zodiaku (3) 23.15 Nie do uwierzenia! (10) 0.15 Sekrety lekarzy (2) 1.15 Wycieczkowiec (9) 2.15 Eks-tra zmiana (1) – rozr. 3.00 Druga twarz 3 (2) – rozr.
POLSAT SPORT FIGHT HD	POLSAT SPORT 3 HD	CANAL+ SPORT 5 HD	ELEVEN SPORTS 4 HD	ELEVEN SPORTS 3 HD	CANAL+ DOKUMENT HD
13.10 Atleci – mag. 13.35 Boks: Babilon Boxing Show w Ożarówie Mazowieckim: A. Jedrzejczyk – H. Connart 15.45 K.O. TV Weekly (31) 16.15 Sporty walki: FEN 59 w Lublinie – walka: Damian Rzepecki – Patryk Duński 18.05 Sporty walki: TFL 34 w Przytyku 19.15 Boks: Rocky Boxing Night w Koszycach – waga ciężka: K. Meyna – A. Wright 21.20 Sporty walki: UFC 277 23.20 Z archiwum ESPN – mag. 0.05 Sporty walki: Babilon MMA 50 w Ożarówie Mazowieckim	8.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 11.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 13.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 15.00 Tenis: Turniej ATP w Waszyngtonie – 2. runda 17.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 19.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 21.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów 1.00 Sporty walki: Babilon MMA	10.40 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 13.00 Bohater z Cienia – dok. 13.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa 15.55 1 na 1 Extra – mag. 17.00 Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – mag. 17.55 Speedway+ – mag. 18.30 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Arged – Dakar Developmental Stal Rzeszów 21.00 Sporty walki: Sporty walki: ONE Friday Fights 164 0.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Płock – Widzew Łódź	12.30 Bundesliga Clubs 13.00 Made in Italy 14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Köln 16.00 Piłka nożna: Liga francuska 18.00 Serie A – mag. piłkarski 18.55 Ligue 1 Season Review 19.50 Osmane Dembélé – Pierwsze kroki – dok. 20.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: Rio Ave FC – Sporting CP 22.00 Piłka nożna: Liga włoska: Napoli – Bologna 0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – 1. FC Heidenheim	12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Milan – Juventus 14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lens – Nantes 16.00 Ligue 1 Show (36) – mag. 17.00 Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach – mag. piłkarski 17.35 Udinese – Najbardziej polski klub we Włoszech – reportaż, Pol. 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: SSC Napoli – Cremonese 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – 1. FC Heidenheim 22.00 Piłka nożna: Liga francuska – Multiplex	11.10 Polska z góry 4 (1) – dok. 11.40 Świat zwierząt – rodzicielstwo (4, 5) 13.50 W poszukiwaniu piękna 15.30 Yintah – film dok., Kan. 17.45 Arktyczna przyroda Laponii – dok., Finlandia 19.00 Naziści po wojnie – globalna infiltracja (3) 20.00 Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona (4) – serial dok. 21.00 Paweł z Ursynowa – dok. 22.15 Rave – film dok., Pol. 2024 23.40 Na pierwszym planie 1.00 Luis Enrique: Nie macie k**** pojęcia (3) – dok. 1.45 O co biega? (20) – mag.

20

STACJE OGÓLNOTEMATYCZNE

 TVP POLONIA	 TVP ROZRYWKA	 POLSAT CAFÉ	 TV 4	 TTV HD	 TVN STYLE
12.10 Ja wam pokażę! 13.00 Chichot losu (1) 13.50 Polonia 24 Tygodnik 15.00 Serwis Info – pr. inf. 15.10 Wszystko przed nami (97) – obycz. 15.40 Słowo daje! – mag. 15.50 Dlaczego krowa... 16.00 Nie będąc – jestem. Krzysztof Kamil Baczyński 16.50 Niezwykłe miejsca 17.00 Telexpress 17.20 Gra słów. Krzyżówka (1074) 17.50 Telexpress Extra 18.15 Stacja Arktyka 18.45 Panorama 19.20 Polacy świata 19.30 Program informacyjny 19.30 19.55 Pytanie dnia – publ.	6.10 Zakochaj się w Polsce (274) – mag. 6.40 Gra słów. 7.10 Krzyżówka (1086) 8.20 Okrasa lamie przepisy – mag. kulin. 8.20 Familiada – telet. 8.50 Va banque (956) 9.25 Koło fortuny (1991) 10.05 Makłowicz w podróży – mag. 10.45 Postaw na milion 12.35 Familiada – telet. 13.15 Daleko od szosy (5) – serial obycz., Polska 14.35 Pan Mama (43) 15.10 Program rozrywkowy 15.35 Tak to leciało! (73) 16.30 Do śmiechu! (1) 17.25 Va banque (957) 18.00 Koło fortuny (1992)	6.00 Przyjaciółki (101, 102) – obycz., Pol. 8.00 halo tu polsat cafe (10) – mag. 11.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (2) – reality show 12.30 Bogaty dom – biedny dom (115, 116) 14.30 10 lat młodsza w 10 dni (7, 8) – pr. rozrywk. 16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (65) – reality show 18.00 Nasz nowy dom (258, 259) – reality show, Polska 20.00 Kolacja w ciemno (45) – pr. rozrywk. 21.05 Więzienie kobiet (98, 99) – serial dokum.	6.00 Strażnik Teksasu (17, 18) – serial sens. 7.55 Bogaty dom – biedny dom (102) 8.55 Policjantki i Policjanci (540, 541) – serial obycz., Polska 10.55 Na ratunek 112 (1138, 1139) – paradok. 11.55 Dlaczego ja? (1567, 1568) – paradok. 13.55 Trudne sprawy (803-805) – paradok. 16.55 Policjantki i Policjanci (1414) – serial obycz., Polska 18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (532) – reality show 19.00 Policjantki i Policjanci (1415) – serial obycz., Polska	8.30 Kartoteka 4 (5, 6) 10.35 Detektywi (57, 58) 12.35 Zakup w ciemno 4 (15) – reality show 13.35 Zakup w ciemno 6 (12) – reality show 14.35 Nic do zgłoszenia 4 (7) – serial dokum., Pol. 15.35 Złomowisko PL 6 (5) 16.45 Express – pr. inform. 16.58 Pogoda, sport 17.05 Usterka 14 (16) 17.45 Życie na kredyt 8 (15, 16) – reality show 18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (8) 19.45 Express – pr. inform. 20.05 Zakup w ciemno 6 (13) – reality show 21.05 Zakup w ciemno extra (7) 21.45 Express – pr. inform.	5.15 I nie opuścisz Cię aż do ślubu (5) – reality show 5.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina 7 (14) – serial fab.-dokum. 6.50 Będzie pięknie (8) – program rozrywkowy 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn 11.25 Ugotowani (11, 12) – program kulinarno-rozrywkowy 13.30 Kuchenne rewolucje (8, 9) – program rozrywkowy 15.35 Pary młode ponad miarę (1, 2) – program rozrywkowy 17.40 Kuchenne rewolucje (14, 15, 5) – program rozrywkowy



20.25 Echo serca (7) – Polska 2019

Magda pomaga rannej kobiecie. W szpitalu okazuje się, że nieznajoma niedawno urodziła dziecko. Obrażenia widoczne na jej ciele są wynikiem samookaleczenia.

- 21.15 Na sygnale (653, 654) – serial fab.-dokum.
22.15 63. KFPP w Opolu – Superjedynki.
40-lecie Telexpressu (1) – koncert
23.15 Panorama
23.45 Matki, żony i kochanki (20)
0.40 Rodzinka.pl (274)



18.35 Okrasa lamie przepisy

Tematem odcinka są zielone sosy z ziół, pedów czy owoców. Prowadzący przyrządza dania ruloniki ze schabu. Poda je z sałwą z mięty, papryki, ogórka oraz fetę.

- 19.40 Makłowicz w podróży – mag.
20.10 Postaw na milion
22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (48) – pr. rozr.
22.50 Kabaret Letnia Porą (18) – pr. rozrywk.
23.50 Do śmiechu! (3)



22.00 Gry małżeńskie (206, 200, 201) – Polska

Tym razem widzowie będą obserwować poczynania singla Patryka, szukającego swojej drugiej połówki. Na randki zaprasza go Natalia, Amelia i Aleksandra.

- 1.00 Kolacja w ciemno (20, 21) – program rozrywkowy
3.05 Więzienie kobiet (59, 60) – serial dokumentalny, Polska
4.00 Zdrady (2, 3) – serial paradokumentalny, Polska 2013



20.00 Gwiazdy Kabaretu (178, 156) – Polska

W odcinku wystąpi krakowska Grupa Rafała Kmity. Prezentuje ona doskonały warsztat aktorski i humor zbliżony do Piwnicy Pod Baranami. Tym razem pokażą piosenkę „Latino”.

- 22.05 Déja vu – thriller s.f., USA 2006, 155 min
0.40 STOP Drogówka Love Island.
Wyspa miłości (44)
2.55 Śmierć na 1000 sposobów (9) – dok.
3.25 Lubie disco! (292)
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.



22.00 99 – Gra o wszystko. VIP 6 (3)

Uczestnicy będą mieli okazję powrócić do dzieciństwa. Cofną się do czasu niemowlęstwa oraz zabaw podworkowych. Czekają m.in. rzut ubraniami do kosza.

- 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (4)
0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 18 (7)
1.00 Diabelnie boskie 2 (21, 22) – reality show
1.55 Damy i wieśniaczki. Za granicą 2 (9, 10)
3.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (520)



20.50 Jestem z Polski (9) – Polska 2020

Anna pokazuje swoje ulubione miejsca w Dubaju. Jest wśród nich Burj Khalifa, ponad 800-metrowy budynek, ale także polski bar serwujący m.in. zapiekanki i pierogi.

- 21.50 Jestem z Polski 16 (33) – serial dokum.
22.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
0.35 Seks – wypadki (16)
1.35 Dorota was urządzi! (11) – pr. rozrywk.
2.20 Nieoczywiste miejsca (7) – dok.

TVP HD	HD
8.55 Ojciec Mateusz 24 (310, 311) – krym., Pol. 2020 10.45 Gra słów. Krzyżówka 11.20 Na sygnale (698, 699) 12.25 Ojciec Mateusz 8 (100) 13.20 Komisarz Alex 5 (64) 14.15 Ranczo 10 (127, 128) 16.10 Postaw na milion – telet. 17.10 Okrasa lamie przepisy 17.45 Makłowicz w podróży 18.20 Ojciec Mateusz 27 (343) 19.20 Ranczo 10 (121) – obycz. 20.10 Rodzinka.pl (210, 211) 21.25 Ojciec Mateusz 34 (440) 22.20 Replikant – thriller s.f., USA 2001, reż. Ringo Lam, 110 min 0.10 Klągór (3-5) – krym., Pol.	

TVP HD	HD
5.30 Pasma ciekawostek 6.00 Telesprzedaz 10.05 Dzisiaj w regionie – inf. 10.15 Pogoda 10.20 Przy muzyce po Śląsku 10.50 Wochenblatt TV – pr. inf. 11.10 Dzisiaj w regionie – inf. 11.15 Pogoda 11.25 Muzyczne dni dobry 12.45 Klasyki i Lachy – pr. rozr. 14.30 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk. 16.55 Muzyczne podróże – program muzyczny 18.00 Koncert życzeń 19.05 Koncert w TVS – pr. muz. 22.55 Szlagierowa lista – muz. 0.55 Program muzyczny	

ZOOM	ZOOM
9.00 Strażnik Teksasu (2) – sens. 10.00 MacGyver 4 (1, 2) – sens. 12.05 Niszczycielskie żywioły 13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2 (32, 33) 14.25 Pod pokładem 11 (5) 15.30 Sensacje XX wieku (1) 17.50 Wojciech Cieliecki – bosko przez świat 20.00 Kobra – oddział specjalny 24 (18) – sens. 21.00 Kobra – oddział specjalny 25 (1) – sens. 22.05 Dynamo – magia bez granic (1/2) – film dokum. 23.00 Magia nagości. Włochy 0.30 Magia nagości. Szwecja 2 (2) – pr. rozr.	

TLC	TLC	HD
13.00 Cztery żony i mąż 12 15.00 Wiza na miłość: dalsze losy, pościelowe rozmowy 9 – reality show 16.00 Historie wielkiej wagi 18.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 4 Megaskery: Brazylia – serial dokumentalny, USA 20.00 Baylen – życie na głos 3 – serial dokumentalny, USA 21.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show 23.00 Dr Przyszczyla – kulisy 5 (2) – serial dokumentalny 0.00 Dr Przyszczyla (8) – dok. 1.00 Baylen – życie na głos 3 – serial dokumentalny, USA		

C+ KUCHNIA	HD
13.55 Podróż przez smaki Chin 2 (5) – serial dokum. 14.55 U sąsiadów w kuchni 14 (7, 8) – serial dokumentalny 15.55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (3) 16.10 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka 2 (7) 16.35 Jamie Oliver: 5 składników (15, 16) 17.35 Jamie Oliver nad Morzem Śródziemnym 18.30 Maximum Foodie 5 (8) 18.55 M jak mięso 3 (8) – dok. 19.25 Gotuj taniej z Jamiem 21.10 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6 22.50 Nie bój ryby! 2 (5-8)	

TVN TURBO	HD
8.20 Nic do ukrycia (2) – dok. 9.15 Samochód marzeń – kup i zrób (1) – mag. 10.15 Ciepłą ręką przez Indie 11.15 101 napraw (4) – mag. 11.45 101 napraw 8 (5) – mag. 12.15 Jeździć, obserwować (9) 13.00 Mobilni mechanicy (5, 6) 14.30 Zawodowi handlarze 16.00 Wojny samochodowe 18.00 Raport Turbo – mag. inf. 18.15 Moto Fachurow (1-5) – mag. 22.00 Raport Turbo – mag. inf. 22.15 Wojny samochodowe 0.10 Niebezpieczne dziedziny (9, 10) – serial dokum., Pol. 1.40 Najlepsze samochody XXI wieku (4) – mag.	

NOVA	NOVA TV	DVB
9.30 Calkiem nowe lata miodowe (17) – kom., Pol. 10.00 Miodowe lata (34) – kom. 10.30 Więzienie (166-168) – dok. 12.00 Polrot (5, 6) – serial krym. 14.00 Świat według Kiepskich (387, 388) – kom., Pol. 2012 15.00 Świat według Bundy (223-228) – serial kom., USA 18.00 Calkiem nowe lata miodowe (14) – kom., Pol. 18.30 Miodowe lata (97-100) 21.00 Zdrady (25) – paradok., Pol. 22.00 Ślad (59, 60, 98) – krym. 1.00 Łowca pedofilów 3.00 TV okazje (26, 27) 3.50 Wehikuł czasu (731, 730) 4.00 Sala operacyjna 4 (8)		

METRO	METRO
10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (389, 390) 12.30 SOS Ekipy w akcji (47) 13.30 Brzydula (65, 66) – kom. 14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (32) – obycz. 15.45 The Floor (19) – teleturniej 17.00 Fani czterech kółek 18 18.00 Magda M. (8) – obycz., Pol. 19.00 Kartoteka 4 (13) 20.05 Akademia policyjna 4: FILM Patrol obywatelski – kom., USA 1987, 115 min 22.00 Niezapomniany FILM – thriller, USA 2017, reż. Denise Di Novi, 125 min 0.05 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 3 (3) – dok.	

ANTENA HD	DVB
13.05 Ciepłą ręką przez śniegi 3 (5) – serial dokum. 14.05 Kłatwa Wyspy Dębów 3 15.00 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 16.00 Australijskie poszukiwacze złota 5 (15, 16) – dok., Australia 18.00 77 TV 3 (3, 4) – pr. rozrywk. 20.00 Morderstwa we Francji FILM – Biot – dramat kryminalny, Francja 2021, 125 min 22.05 Morderstwa we Francji FILM – Larzac – thriller, Francja 2020, 120 min 0.05 Labirynt zbrodni – thriller, USA 2013, reż. Hanneli M. Culpepper, 110 min	

WP	WP	DVB
13.00 Makłowicz w podróży 14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (17, 18) 16.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 2 (2) 16.55 Pogoda 17.00 Przepis na szczęście FILM – komedia romantyczna, Niemcy 2020, 120 min 19.00 Strażacy z sąsiedztwa 2 (9) – serial dok., Polska 2026 20.00 Policjanci w akcji (3, 4) 21.55 Pogoda 22.00 Kabaret na żądanie (24) 23.00 Przebojowe Kabarety (5) 0.00 Mistrzowie Kabaretu 13 (1) – program rozrywkowy 1.00 Mistrzowie Kabaretu 11		

C+ DOMO	HD
13.05 Cuda z drewna (1) 14.05 Wakacyjne domy na wynajem (8) 15.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (15) – serial dok. 15.55 Przeglądniemy ci ogródek (5, 6) – dok., Pol. 16.50 Gardeners' World 14 (24) 18.00 Ucieczka na wieś 22 (29) 19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia (1) – serial dok. 20.00 Daleko od miasta 14 21.00 Wakacyjne domy na wynajem (9) – dok. 21.55 Wielkie projekty: Australia 11 (4) – dok. 23.05 Domy na krańcu świata (2) – serial dok., Wlk. Bryt.	

HGTV	HGTV	HD
8.05 Poszukiwacze domów: Australia (9, 10) – dok. 9.05 Remontujemy dom na plaży 7 (5) – pr. rozr. 10.00 Letnia chatka na lata 3 11.50 Usterka 11 (7) – fab.-dok. 12.30 Usterka 10 (5) – fab.-dok. 13.00 Moje miasto, mój dom 9 15.05 Mięszkanie na miarę 4 17.00 Polowanie na ogród 9 18.15 Weekendowa metamorfoza 6 (6, 7) 20.10 Będzie pięknie (4) – rozr. 21.15 Złoty remont 4 (8) – rozr. 22.10 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (4-7) – pr. rozr. 0.25 Usterka 11 (3, 5, 9)		

POLSAT 2 HD	SUPER POLSAT DVB-T2	TV 6 DVB-T	BBC FIRST HD	STACJE DZIECIĘCE	STACJE INFORMACYJNE
5.50 Wydarzenia 6.30 Nasz nowy dom (320) – reality show 7.30 Na ratunek 112 (959, 960) – serial paradokum., Pol. 2024 8.30 Sekrety rodziny (35-37) – serial paradokum., Pol. 2018 11.30 Trudne sprawy (966) – serial paradokum., Pol. 2020 12.30 Dlaczego ja? (1382, 1383) – serial paradokum., Pol. 2024 14.30 Świat według Kiepskich (26-30) – serial komediowy, Polska 17.00 48h. Zaginieni (189, 190) – serial kryminalny, Pol. 2023	6.05 Wydarzenia 6.45 SuperLudzie Extra (43) – magazyn 7.00 Na ratunek 112 (743, 744) – paradok. 8.00 Doktor Martin (9, 10) 10.00 Wydarzenia 10.30 Świat według Kiepskich (412, 413) 11.30 Twoja Twarz Brzmi Znamo (166) – rozr. 13.30 Bitwa o palety (20) 14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (2) – reality show 16.00 Ninja Warrior Polska (24) 17.55 Świat według Kiepskich (496, 497) 19.00 Rolniczki (16) – dok. 20.00 Kolacja w ciemno (21) – pr. rozrywk.	6.00 Więzienie (192, 193) – serial dok., Pol. 2025 6.55 Policjanci i Policjanci (739, 740) – serial obycz., Polska 8.55 Kobra – oddział specjalny (58, 59) – serial sens., Niemcy 10.55 48h. Zaginieni (193-195) – serial kryminalny, Pol. 2023 13.55 Policjanci i Policjanci (1215) – serial obycz., Polska 14.55 Uroczysko (75, 76) – serial krym., Polska 15.55 Kobra – oddział specjalny (60, 61) – serial sens., Niemcy 18.00 Strażnik Teksasu (19, 20) – serial sensacyjny, USA 2000	6.00 Zagadki doktora Blake'a 5 (5) – krym. 7.00 Ulica nadziei 2 (3, 4) – krym., Wlk. Bryt. 2022 8.40 Lewis 7 (2) – krym. 9.40 Ojciec Brown 2 (6) – serial kryminalny 10.40 Śmierć pod palmami 4 (2) – krym. 11.45 Zagadki doktora Blake'a 5 (5) – krym. 12.55 Ulica nadziei 2 (5, 6) – krym., Wlk. Bryt. 2022 14.55 Ojciec Brown 9 (4) 16.00 Lewis 7 (2) – krym. 17.00 My Life is Murder 4 (8) – serial kryminalny 18.00 Morderstwa w Midlands 25 (2) – krym., Wlk. Bryt. 2025 19.55 Śmierć pod palmami 4 (3) – krym.	10.20 Bolek i Lolek w Europie 2 (3) 10.45 Rodzina Treflików 6 (73, 75) – serial anim. 11.10 Odo (103, 104, 1) 11.35 Stacyjkowo (49, 50) 11.55 Pszczółka Maja (35) 12.25 Domisie – dla dzieci 13.00 Kocie kalamburki 13.20 Tygrysek Percy i jego opowieści 13.45 Świnka Peppa 8 14.10 Pająk Lucas 2 (69, 70) 14.30 Oli i Luna (69, 70) 14.55 Oktonauci 2 (69, 70) 15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (35) – mag. 15.40 Bella i Sebastian 16.10 Pat i świat 2 16.35 Dino Ranczo (67, 68) 17.05 Pszczółka Maja 17.30 Robin Hood (17, 18)	7.30 Jeden na jeden 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 9.55 Biznes – pr. publicyst. 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 10.55 Biznes – pr. publicyst. 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 11.55 Biznes – pr. publicyst. 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 13.55 Biznes – pr. publicyst. 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody 14.55 Biznes – pr. publicyst. 15.00 15 na żywo – inf. 16.00 Fakty po południu 18.00 Tak jest – pr. publ. 19.15 Serwis informacyjny 19.25 Fakty po Faktach – program inform.
PARADOKUMENTALNY 	HORROR SF 	KRYMINALNY 	KRYMINALNY 	ANIMOWANY 	PUBLICYSTYCZNY 
19.00 Gliniarze (1012) – Polska 2024 Właścicielka sieci salonów kosmetycznych zostaje śmiertelnie ugodzona nożem. Trop prowadzi do jej męża. Okazuje się jednak, że w sprawę może być zamieszany ktoś jeszcze. 20.00 Ślad (4) – krym., Pol. 21.00 Gliniarze (807) – serial paradokum. 22.00 Patriota – dramat historyczny, USA/ Niemcy 2000, 210 min 1.30 Życie toczy się dalej – czarna komedia, USA 2022, 105 min 3.15 Wydarzenia	21.00 Obcy – ósmy pasażer „Nostromo” – Wlk. Bryt./USA 1979, reż. Ridley Scott, 150 min Astronauci lądują na nieznanej planecie, gdzie znajdują pojazd z obcą formą życia. Wkrótce bestia dostaje się na pokład ich statku. Sierżant Ripley musi walczyć o przetrwanie. 23.30 Ostrożnie z dziewczynami – komedia romant., USA 2002, 110 min 1.20 Backdoor. Wyjście awaryjne (1) – serial kom., Polska 2021	20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (73, 74) – USA Podczas śledztwa Horatio natrafia na ślad swojego brata. Kiedy zostaje porwany bratanek agenta, jego ojciec wychodzi z ukrycia. Bracia rozpoczynają poszukiwania. 21.55 Kości (129, 130) 23.55 Killerman – dramat kryminalny, USA 2019, 145 min 2.20 Krejzli patrol (49-52) 4.25 Kochane pieniądze (28) – serial paradok. 5.30 SuperLudzie Extra (57) – magazyn	21.00 Zaproszona (2) – Wielka Brytania 2025 Przestraszona Ria zgłasza się na przesłuchanie i decyduje się wrócić do dawnego życia u boku partnera. Chcąc uniknąć problemów, całkowicie zrywa kontakt z Fran. 22.15 Tajemnice Brokenwood 12 (5) – krym., Nowa Zelandia 0.10 Annika 5 – krym. 1.15 Sherlock 2 (3) – krym. 3.05 Morderstwa w Midlands 25 (2) – krym., Wlk. Bryt. 2025 4.45 Moja rodzinka (1) 5.15 Ojciec Brown 9 (4)	Z pomocą przyjaciół dziewczynka codziennie odkrywa na wsi coś interesującego. Przeżywa różne przygody. 18.30 Idefiks i Nieugięci 19.00 Prys i Bill 19.10 Czarnodzielskie miasteczko Pinokia 19.20 Piotruś Król 2 19.45 Wezaury 2 19.50 Lupin wśród bajek 20.05 Grizzy i lemingi 2 20.20 Aleja tajemnic (9) 20.50 The Garfield Show 21.20 Nowe przygody Lucky Luke'a (51)	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 Budowlancy (24) – dok. 6.30 Kolowrotek (218) – mag. 7.00 Dorwać tuńczyka (13, 14) 9.05 Wojny magazynowe 10.05 Wojny kontenerowe (15, 16) – serial dok., USA 11.00 Hardkorowy lombard (142-147) – serial dok., USA 14.00 Polacy za granicą (71, 72) 16.00 Złomiarze (19, 20) – dok. 18.05 Poszukiwacze historii (246-249) – serial dokum. 20.05 Chłopaki do wzięcia (473-476) – serial dokum. 22.00 Zawód glina (5) – dok. 23.05 Łowca pedofilów (221-230) – serial dok., Pol. 4.05 Starożytni kosmici	FOOD NETWORK HD 13.10 Apetyt na miłość (10) 14.10 Akcja: Restauracja! (4) 15.10 Miasto smaków Guya Fieriego (6) – reality show 16.15 Kuchenne rewolucje (11) 17.15 Sexy kuchnia Magdy Gessler (2) – mag. kulin. 17.50 Sąsiedzi kontra sąsiedzi 18.50 Dziecięce mistrzostwa w piekarni (5) 19.45 Perfekcyjni gospodarze 9 (18) – dok. 20.50 Elitarny turniej w piekarni (7) 21.55 Pyszne miejscówki (9) 22.55 Akcja: Restauracja! (4) 23.55 Człowiek kontra jedzenie (10-13) – mag.	POLSAT RODZINA HD 12.00 Bogaty dom – biedny dom (137) – reality show 12.55 Rodzina zastępcza (253, 254) – serial kom., Pol. 14.55 Wielkie wycieczkowce 15.55 Świat z góry (8, 9) – dok. 17.10 Pingwiny z Madagaskaru (4-7) 19.05 Rodzina zastępcza (323) – serial komediowy, Polska 20.05 Całkiem nowe lata miodowe (12, 13) – kom. 21.10 Miodowe lata (114) 22.05 Jak długo jeszcze? FILM – komedia, USA/Kanada 2007, 115 min 0.00 Sekrety II wojny światowej (5) – serial dok.	BBC LIFESTYLE HD 12.30 Psijaciele w potrzebie 13.30 Mistrzowie ceramiki 6 14.35 Wielkie nowozelandzkie wypieki 4 (9) – pr. rozrywk. 15.40 Zapraszamy do stołu 21 17.50 Wymarzone domy 2 (20) 18.50 Psijaciele w potrzebie 19.50 Wielkie nowozelandzkie wypieki 4 (10) – pr. rozr. 21.00 Kulisy lookmaxingu 22.00 Sekrety kobiecego orgazmu – dok., Wlk. Bryt. 23.00 Wstydlive choroby: online 3 (5) – serial dokum. 23.55 Kulinarne podróże Billy'ego i Doma (8) – rozr. 1.00 Koreańska uczta Eda i Ryu (1) – dok., Wlk. Bryt.	NICK JR. HD 16.40 Psi Patrol 5 (26) – anim. 17.05 Rubble i jego ekipa (1) 17.35 Pan Krokodyl (10) – anim. 17.55 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka (14) – serial anim. 18.15 Barbapapa i jego rodzinka 2 (24) – anim., Fr. 18.40 Dora 4 (8) – serial anim. 19.00 Santiago z móż (1) 19.30 Przygody Misia Paddingtona 2 (26) 19.55 Przygody Misia Paddingtona (16) – anim. 20.07 Świnka Peppa 5 (6-9) 20.31 Świnka Peppa (19) 20.36 Świnka Peppa 6 (2, 3, 5) 20.55 Barbapapa i jego rodzinka 2 (8-10) – 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 Debaty Gozdyry – publ. 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie – pr. inf. 23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny 0.00 Najważniejsze pytania
Kobieta DVB-T2 14.35 Omnibus – szczyb i madrzy – dogrywka 15.00 Po prostu na wieś (1) 15.30 Ojciec Mateusz 4 (53, 54) 17.25 Ludzie z mikroplastiki 18.30 63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej (2) 19.30 Miłość i nadzieja (321) – telenowela, Turcja 2022 20.30 Wichrowe wzgórce (302) – serial obycz., Turcja 2024 21.30 La Promesa – pałac tajemnic (286) – obycz. 22.30 Księga miłości – dramat obycz., USA 2016, 120 min	E! ENTERTAINMENT HD 8.50 Very Cavallari (5, 6) 10.40 Plastikna fuszka 12.30 Z kamerą u Kardashianów 16 (1, 2) 14.20 Very Cavallari (7, 8) 16.10 Plastikna fuszka 18.00 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 18.30 Z kamerą u Kardashianów 16 (7, 8) 20.30 Very Cavallari (1, 2) 22.30 Plastikna fuszka (25) 0.30 Oglądaj na żywo, co się dzieje! – program rozrywk. 1.00 Z kamerą u Kardashianów 16 (1, 2) 3.00 Plastikna fuszka 5.00 Very Cavallari (5)	TV TRWAM DVB-T 17.55 Poczet wielkich Polaków – pr. hist. 18.00 Inioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Westerplatte młodych 19.00 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu 19.30 Historie Starożytności – serial anim. 19.45 Modlitwa – religijny 20.00 Informacje dnia 20.20 Rozaniec 20.50 Miś historia – cykl fel. 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Ludzki święty. Św. Alfons Liguori – film dok.	BBC BRIT HD 8.15 Top Gear 24 (2) – mag. 9.25 Top Gear 9 (3) – mag. 10.30 W warsztacie (6) – dok. 11.30 Brytyjskie fabryki 4 (4) 12.35 Top Gear 10 (7) – mag. 13.40 W warsztacie (7) – dok. 14.40 Cuda inżynierii 3 (4) 15.40 Who Wants to Be a Millionaire z Jeremym Clarksonem 5 (10) 16.45 Brytyjskie fabryki 4 (4) 17.50 Top Gear 10 (8) – mag. 18.55 Cuda inżynierii 3 (4) 20.00 Brytyjskie fabryki 4 (5) 21.00 Jak budowano imperia 4 (1, 2) – dok. 23.05 Top Gear 10 (7) – mag. 0.05 Top Gear 24 (2) – mag.	MINI+ HD 10.00 Baranek Shaun (4-12) 11.25 Baranek oczka (5-8) 11.55 Marta mówi (9, 10) 12.50 Moje urodziny – dla dzieci 12.59 Marta mówi (11, 12) 13.55 Moje urodziny – dla dzieci 14.00 Basia (4-8) – serial anim. 15.10 Kicia Kocia (6-10) – anim. 15.55 Klauzura i megamamunia 17.20 Staś i fajna Babcia 17.50 Moje urodziny – dla dzieci 17.57 Staś i fajna Babcia (14) 18.15 Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia (5, 6) – serial anim., Japonia 18.40 Dora i przyjaciele 2 (8, 9) 19.35 Kicia Kocia (7-11) – anim. 20.25 Mały Charlie (6-10)	TVP 3 DVB-T2 12.30 Rączka gotuje 13.00 Agrobiznes 13.20 Agropogoda 13.30 Niebezpieczne związki 14.20 Niezwykłe miejsca 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – program religijny 15.20 Serwis Info Dzień – inf. 15.30 Program lokalny 19.30 Dlaczego krowa... – mag. 19.45 Kryminalna siódemka 20.00 Dziennik regionów – inf. 20.13 Gość Regionów – pr. publ. 20.30 Ktośkolwiek widział, ktokolwiek wie – pr. publ. 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów – inf. 22.30 Złoty chłopak (207)

NOWE FUNKCJE MOBYWATELA

→ W mObywatelu pojawiły się kolejne usługi, które ułatwiają kontakt z urzędem i pozwalają szybciej załatwić formalności. Nie odkładaj spraw na później – otwórz aplikację i ciesz się cyfrową rewolucją.

E-URZĄD
W SMARTFONIE

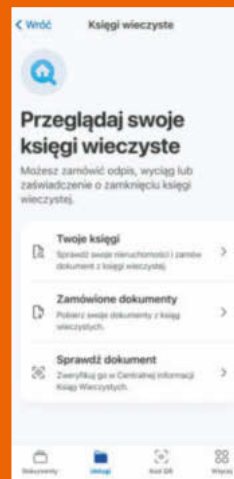
ZGŁOSZENIE DO SANEPIDU

Po otwarciu apki kliknij „Usługi” na dole ekranu i przewiń do sekcji „Zdrowie”. Wybierz „Zagrożenia zdrowia publicznego”, a potem „Zgłoś interwencję”. Tutaj powiadomisz sanepid o nieprawidłowościach:

m.in. w twojej pracy (a także w sklepie czy restauracji), jakości wody (z kranu, na basenie), żywieniu (w szpitalach, szkołach) oraz wadach produktów (żywności, suplementów diety, kosmetyków). Opisz problem, podaj wymagane dane (np. adres, numer partii) i kliknij „Wyślij”.



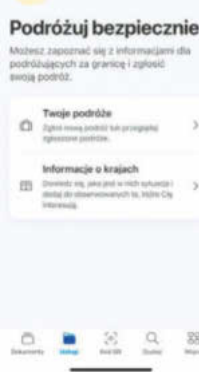
SPRAWDŹ, ZAPŁAĆ – GOTOWE!



nić. Ponadto w sekcji „Opłaty i podatki” znajdziesz „ePłatności” – z tą usługą w wybranych gminach opłacisz w apce np. podatek od nieruchomości.

W sekcji „Sprawy urzędowe” wybierz „Książki wieczyste”, aby sprawdzić, w których z nich figurujesz. Zamówisz tu odpis zwykły lub zupełny książki wieczystej, wyciąg z niej albo zaświadczenie o jej zamknięciu. Po wskazaniu dokumentu kliknij „Płatność” i wybierz Blik, Google Pay, Apple Pay lub kartę płatniczą.

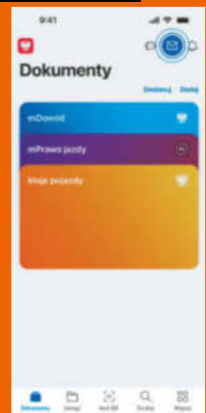
WYJAZD POD KONTROLĄ



Przed wyjazdem za granicę zgłoś podróż w MSZ – otrzymasz alerty dotyczące kraju, do którego się wybierasz, a w sytuacjach kryzysowych łatwiej uzyskasz pomoc konsularną. Kliknij „Usługi”, potem przewiń do sekcji „Podróż” i wybierz „Odyseusz”, a później „Twoje podróże”. Kliknij „Zgłoś nową podróż” i „Dalej”. Wskaż termin oraz miejsce pobytu, wpisz kraj wyjazdu i ponownie kliknij „Dalej”. Określ, jak chcesz otrzymywać powiadomienia o sytuacjach nadzwyczajnych (SMS-em i/lub e-mailem), po czym wyślij zgłoszenie.

CYFROWA KORESPONDENCJA

W mObywatelu odbierzesz teraz cyfrowy list polecony, np. z urzędu. Otwórz apkę, kliknij ikonę koperty w prawym górnym rogu i zaznacz zgodę na przekazywanie danych. Wybierz „Przejdź do skrzynki” – do zakładki „Odebrane” będą trafiać polecane z urzędów i instytucji. Kliknij w „Wysłane”, by nadać wiadomość (kliknij „Napisz”, potem „Dodaj odbiorcę” i wyszukaj urząd po miejscowości lub firmę po NIP-ie albo REGON-ie). Usługa obejmuje tylko wybrane urzędy, instytucje i firmy.



DMUCHAJ NA ZIMNE

W „Usługach”, w sekcji „Bezpieczeństwo”, możesz zapisać się na bezpłatne, 8-godzinne szkolenie obronne (odbywają się w weekendy) i skorzystać z poradnika bezpieczeństwa. Znajdziesz tam podstawowe zasady bezpieczeństwa, listę rzeczy do plecaka ewakuacyjnego i informacje o sygnałach alarmowych. Sprawdzisz też numery alarmowe (m.in. pogotowia ciepłowniczego i gazowego) oraz telefony wsparcia dla osób w kryzysie psychicznym – dorosłych, dzieci i młodzieży.





→ 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@tooiwo.pl

ZAMIAST MULTIROOMU

PAN JACEK z Tarnowa jest klientem Cyfrowego Polsatu, ma jeden dekoder w salonie, a dodatkowo telewizor w sypialni i chciałby także na nim odbierać kanały z dekodera. Wiele lat temu, gdy był klientem Canal+, instalator zrobił mu taki układ, że kanał, który był wybrany na dekodrze w salonie, mógł odbierać i w sypialni, a za pomocą drugiego urządzenia mógł zmieniać zdalnie kanały z sypialni. Pyta, czy można by taki układ zastosować dziś do dekodera Cyfrowego Polsatu? Z salonu do sypialni ma poprowadzony kabel na potrzeby TV naziemnej. Wie, że Polsat oferuje dodatkowe dekodery multiroom, ale od talerza do salonu biegnie tylko jeden kabel i nie ma jak dołożyć drugiego do sypialni.

JK Przed laty, gdy nie było mowy o multiroomach i na umowie był tylko jeden dekoder, popularne były modulatory sygnału audio-wideo, które poprzez kabel koncentryczny podawały sygnał do drugiego telewizora czy w całość instalację antenową. Dzięki temu odbiór wybranego aktualnie kanału na dekodzie był możliwy na wszystkich telewizorach wpiętych w tę instalację. Modulatory były analogowe, ale i dekodery były analogowe, potem cyfrowe, ale raczej ze słabą jakością wizji, co przy odbiorze przez modulator wiele nie zmieniało. Dodatkowe tzw. „przekazniki pilota” pozwalały sterować zmianą kanałów z innego pokoju. Dzisiaj w dobie treści Full HD czy nawet 4K montaż takiego modulatora byłby raczej ponurym żartem. Pewnym rozwiązaniem mogą być modulatory cyfrowe. Są łączone z dekodermi kablem HDMI i dają na wyjściu poprzez kabel antenowy jakość Full HD. Układ będzie zatem działał jak poprzednio. Ale to wydatek kilkuset złotych, a i tak będzie to tylko namiastka multiroomu. W Pana przypadku zastanowiłbym się nad innym rozwiązaniem. Nie może Pan dołożyć z talerza do sypialni dodatkowego kabla, ale możemy wykorzystać kabel biegnący z salonu. Wszystkie dekodery Polsatu wspierają technologię jednokablową Unicable. Proponowałbym wymienić w antenie konwerter na tego właśnie typu, w salonie zakładamy rozgałęźnik sygnału satelitarnego i mamy sygnał satelitarny w sypialni. Chcąc zachować w sypialni odbiór TV naziemnej, dołożymy odpowiedni sumator. Zyskujemy niezależny odbiór kanałów przy dużo niższych kosztach.

gowe, ale i dekodery były analogowe, potem cyfrowe, ale raczej ze słabą jakością wizji, co przy odbiorze przez modulator wiele nie zmieniało. Dodatkowe tzw. „przekazniki pilota” pozwalały sterować zmianą kanałów z innego pokoju. Dzisiaj w dobie treści Full HD czy nawet 4K montaż takiego modulatora byłby raczej ponurym żartem. Pewnym rozwiązaniem mogą być modulatory cyfrowe. Są łączone z dekodermi kablem HDMI i dają na wyjściu poprzez kabel antenowy jakość Full HD. Układ będzie zatem działał jak poprzednio. Ale to wydatek kilkuset złotych, a i tak będzie to tylko namiastka multiroomu. W Pana przypadku zastanowiłbym się nad innym rozwiązaniem. Nie może Pan dołożyć z talerza do sypialni dodatkowego kabla, ale możemy wykorzystać kabel biegnący z salonu. Wszystkie dekodery Polsatu wspierają technologię jednokablową Unicable. Proponowałbym wymienić w antenie konwerter na tego właśnie typu, w salonie zakładamy rozgałęźnik sygnału satelitarnego i mamy sygnał satelitarny w sypialni. Chcąc zachować w sypialni odbiór TV naziemnej, dołożymy odpowiedni sumator. Zyskujemy niezależny odbiór kanałów przy dużo niższych kosztach.

ROZWIĄZ DLA PRZYSZŁOŚCI



pożywienie dzikich zwierząt		wiklinowy pojemnik	Dorota Rabcewska		po becie
Bożena ... „Na Wspólnej”			krzew zwany bzm		
cykl Kieślowskiego					
		3	Kamińska		
			hałas, wrzawa		
rodzaj weksla		na dnie stawu			
	5				podszycie leśne
miękką tkanką zębową		kształt jajka	składana na tarlisku		
				milczek rzadko je otwiera	Paul z estrady
Glenn ... „Wielki chłód”			odbłask pożaru		
prowadzi „Sprawę dla reportera”					6
Peter ... reżyser trylogii „Hobbit”					
		4	na kominiarzu	gesta zupa	kotlet z mięsa wołowego
bezkres		wada, usterka			
				zaporą wodną	wypływa z Etny
echo-sonda		szczegół		2	
matka jagnięcia		hańba, niesława			
			dół twarzy		buda z desek
zespół śpiewaków		pasożyt na pniu drzewa	wielkonoctny wypiek		1
„Wielki ...” z Nowickim				tyfus	duża papuga
			plynie przez Wrocław		
nocny motyl	wytorny pokój damski				
			... Przymerza		

LITERY Z PONUMEROWANYCH PÓL UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---



DARMOWY KANAŁ Z FILMAMI

sweet.tv **STREAMING** Do oferty bezpłatnych kanałów na platformie Sweet.tv dołączył Premiere HD. W ramówce znalazły się filmy akcji, thrillery i obyczajowe (np. „P.S. Kocham Cię”, na zdj.), z polskim lektorem. By oglądać, wystarczy zalogować się w serwisie, wejść w zakładkę „TV bez opłat” i znaleźć kanał na liście.



TANIEJ PRZEZ TRZY MIESIĄCE

STREAMING Tylko do 28 lipca nowi i spełniający warunki powracający klienci platformy Disney+ mogą kupić subskrypcję za 23,99 zł mies. zamiast 34,99 zł (plan Standard) albo 39,99 zł zamiast 59,99 (Premium). Po 3 miesiącach automatycznie odnowi się droższa opłata, o ile nie anulujesz wcześniej subskrypcji.

bijący narząd	dokręca- na kluczem	Joe "Chłopcy z ferajny"	w ręku żenica	lewy dopływ Wisły	... Blaszczyk, aktorka	78% powietrza	mebel do wypoczynku	sufiks	z małżo- winą
►			symptom	►			upadłość	►	
obserwuje mecz	zastój	na rozpatkę jodła, świerk		1	prohibicja	►		►	ogrom pracy
►			samo- chód	►			lasso	składnik pończoch	2
iluzjo- nista	►		7	księga z surami	Arciuch, aktorka	►			tkanina garnituro- wa
duża skrzynia		Harvey "Wściekłe psy"	tucznik	►		na szyi księdza	wpływa do sądu	►	
►			blacha praczeki		ciernie róży	krowa	►		
odłam religijny	►			Izabela "Lepsza połowa"	►		8	ciągnięta sieć barwi lakmus na czerwono	
błąd serwisu	silne uczucia	".... w Kra- kowie", film			grecka bogini zwycięs- twa	►			linia z kątami
►		5	oferowa- ny na sprzedaż	model Daewoo	masa na pieczenie	►	wypukła osłona piasty koła	wymienny element niejedna w regale	
złoto albo miedź	►			naftowa w ruro- ciągu	choroba zakazna	►			Kusturica, reżyser
►			ogół upraw	►	4		połowa czwierc- nuty	►	3
pomost wysunięty w morze		wytrawne w butelce	►		spiekota	►		między Ziemią a Jowiszem	
►			np. "Tosca"	►		6	nasionka na preclu	►	
szkoda moralna		ważna dla hodowcy	►		tajne w archiwum	►		część długu	►

LITERY Z PONUMEROWANYCH
PÓŁ UTWORZĄ HASŁO

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

REDAKCJA & WYDAWNICTWO

Adres redakcji: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, adres mailowy: redakcja@toiowo.pl
Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzający:** Artur Kosiński **Hub Rozrywka i TV:**
Red. zarządzająca: Anita Nawrocka **Planner:** Adam Piosik **Koordynator:** Dorota Skalska **Redaktorzy:**
 Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kolakowska,
 Iwona Leonczuk, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek,
 Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka **Hub Poradniki:** Red. zarządzająca: Monika Bobowska **Hub Graficzny:** Dyrektor: Robert Latek
Lider: Mirosław Orzechowski **Koordynator:** Marcin Makarewicz **Graficy:** Edyta Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Walinowicz,
 Sławomir Kozłowski, Agnieszka Głewicka, Małgorzata Porebska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedycji:** **Lider:** Agata Zasada
Koordynatorzy: Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedytorzy:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz,
 Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela Tafińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominek



Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
 ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa
Zarząd: Prezes Zarządu: Tomasz Namysł
Członkowie Zarządu: Andrzej Chojnowski, Marek Lasota
Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu
Wydawniczego: Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orełko
Publisher/Wydawca: Justyna Hałas
Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl,
 e-mail: prenumerata@bauer.pl,
 tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.



Dyrektor biura reklamy: Izabela Sarnecka
Dyrektor segmentu pism telewizyjnych:
 Aneta Rym-Galka, e-mail: Aneta.Rym@bauer.pl
www.bauer.pl/reklama/
Dyrektor ds. dystrybucji i obsługi klienta:
 Piotr Ludwicki, e-mail: kolportaz@bauer.pl
Druk: Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o. Sp. j.
Copyright: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
Program TV – AKPA



PUSTE POLA WYPEŁNIJ TAK, ABY W KAŻDEJ KOLUMNIE, KAŻDYM RZĘDZIE I KWADRACIE
OBWIEDZIONYM POGRUBIONĄ LINIĄ ZNAŁĄŻY SIĘ CYFRY OD 1 DO 9.

4								
		2		1	4	5		
	1		5					7
	5			8			2	1
1			9		2			8
9	2			3			4	
8					5		1	
		4	8	7		3		
								9

3				4				2
2		9						
	8			1		9	6	
		5	7	6		8		
	2						7	
		8		3	4	2		
	4	2		5			9	
						6		4
9				7				3

zespół jazzowy		▼	wychodzi raz w roku	... Timberlake, piosenkarz		▼	narzędzie do ścierania warzyw	maskotka	słodka w torcie	▼	dawniej pożywie- nie	▼	cheddar lub parmezan	samica konia	▼
Adrien z „Pianisty”							dużo go na plaży	▼			▼		▼	łóżko na okręcie	
reżyser „Misja”	▶		6					▼			▼		▼		
▶				góry z Narodną		▶			jedna z wielu w książce	▶		3			
czeskie miasto							apo- pleksja	▶				włoskie auto		Danuta aktorka	
zdjęty z palca	▶		był nim Montezu- ma	jamnik		▶			likier rodem z Łotwy		▶	▼		▼	
							4			z niej sział					
▶				Agent” z Sandrą Bullock		▼	duch, widmo	▶		▼			skinienie		miejsce ze- tknięcia
				uchwył ślusarski		▼	karnacja	▼							
Gosling, „La La Land”	malaria	▶						▼	święta rzeka Hindusów	▶			1		
▶				2		święte miejsce muzul- manów	▶				„ułamek” dolara	▶			
damskie buty jesienne				rywal Jelcza		▶			5	mocna wódka angielska		▶			
wał skoszonej trawy															
▶				krewna kruka		▶					napaść	▶			

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

PRZEŁOM 2026!

WYKONAJ PRACE W OGRODZIE Z LEKKOŚCIĄ

HEDGRO 8-W-1 MAX

Bezprzewodowe MULTI-NARZĘDZIE 8-w-1!

OD TRAWY, PRZEZ KRZAKI, PO GRUBE GAŁĘZIE – 1 URZĄDZENIE!

**ZAMÓW
ZA 299 zł**

OFERTA
DO WYCZERPIANIA
ZAPASÓW

AKUMULATOR
LITOWO-JONOWY

HEDGRO 8-W-1 MAX zmienia 4-godzinną harówkę w 60-minutową przyjemność. 1 przycisk – 8 funkcji: kosa elektryczna, podkaszarka żyłkowa, nożyce do żywopłotu, piła ogrodowa, wykrawacz krawędzi, wykaszarka do zarośli, przycinarka teleskopowa do gałęzi, kosa do zboczy... Zero kabli, zero benzyny, duża wygoda.

W ZESTAWIE OTRZYMUJESZ:

- Narzędzie HEDGRO 8-W-1 MAX
- 2 akumulatory litowo-jonowe 1200 mAh (60 minut pracy)
- Uchwyt teleskopowy (80–120 cm)
- 4 typy ostrzy: stalowe/tarcza/plastik/żyłka
- Osłona bezpieczeństwa + kółka prowadzące + ładowarka
- PREZENT: Okulary + rękawice (wartość 49 zł)



Tylko do wyczerpania zasobów – cena 299 zł

Przytnij trawnik, zarośla i gałęzie SZYBKO I WYGODNIE

HEDGRO 8-W-1 MAX to jedyne narzędzie, którego potrzebujesz. Cisza (65dB), zero spalin, zero kabli. Bezprzewodowy, z wydajnymi akumulatorami Li-Ion, daje do 60 minut pracy!

- 4 wymienne ostrza – od precyzyjnych krawędzi po grube gałęzie (Ø25mm)
- Teleskopowy uchwyt 80-120cm – praca w wygodnej pozycji!
- Lekka konstrukcja – **2,3 kg***
- Poziom dźwięku zbliżony do cichej rozmowy (ok. 65 dB)

LIPCOWA OFERTA TELEFONICZNA:

Zadzwoń i zamów za 299 zł!

PREZENT: okulary ochronne + rękawice (wartość katalogowa 49 zł)

EKSPRESOWA DOSTAWA KURIEREM

prosto do rąk własnych – 23 zł!

Płatność przy odbiorze – 0 zł przedpłaty

Zadzwoń TERAZ:

58 319 38 06

(Pon.-pt. 8:00-20:00, sob. i nied. 9:00-20:00; standardowy koszt połączenia telefonicznego dla danego operatora)



SZYBKO I PRECYZYJNIE

WYGODNIE

NAWET GRUBSZE PRACE

BEZ BENZYNY I SPALIN

Stalowe Ostrza:

Tną twarde chwasty i małe krzewy

Tarcza Tnąca:

Przycina krzewy i grubsze gałęzie

Plastikowe Ostrza:

Koszą delikatną trawę

Podwójna Żyłka:

Wykrawa idealne krawędzie i długą trawę

REGULOWANY
TELESKOPOWY
UCHWYT

Dlaczego warto używać
multi-narzędzie
HEDGRO 8-W-1 MAX?



Lekkie i przenośne:
komfortowa praca nawet
przez kilka godzin.



**Regulowane
i uniwersalne:**
3 wysokości, 3 kąty,
4 ostrza – idealnie do
każdego zadania.



Kompletny zestaw:
zawiera elementy
ochronne zapewniające
bezpieczne użytko-
wanie.



**Montaż =
Klik-Klik-Start:**
Od pudełka do pracy
w 5 minut – instrukcja
obrazkowa.

KOMPAKTOWY
I SKŁADANY

MOCNY
SILNIK

3 RÓŻNE KĄTY
NACHYLENIA
OSTRZA

4 WYMIENNE
TYPY OSTRZY
W ZESTAWIE

**LEKKIE
I ŁATWE
W OBSŁUDZE**

* Masa urządzenia
bez akumulatora.

Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem sprzedawcy:
Nargo Invest Sp. z o.o., ul. Żołnierzy i Armii Wojska Polskiego 10/B6, 81-383 Gdynia,
+48 538448631, contactpl@globadvice.info. Regulamin: <https://customers-statute.com/statute/pl/>.