

tele.at

20.2. – 26.2.

tele

DAS ÖSTERREICHISCHE FERNSEHPROGRAMM

Nr. 8/2026

ESC: Act gesucht!

Alice Tumler und Cesár Sampson moderieren
Vienna Calling – Wer singt für Österreich?
Freitag, ORF 1

Neue Reihe

„Der Garmisch-Krimi –
Wolfsmord“, Sa., ServusTV

Film der Woche

„What a Feeling“, Mo., ORF 1

WERBUNG



Vom Tinnitus verfolgt? Sonosan® hilft!

Erhalten Sie rezeptfrei in Apotheken
Online Shop: www.sonosan.at



Gratis-Info



FOTO: ORF/THOMAS RAMSTORFER

2026 – Abnehmen und leichter leben

Ein guter Vorsatz braucht einen guten Begleiter: formoline L112



**Ihre starke Hilfe
beim Abnehmen**



formoline L112 eröffnet Ihnen einen Weg, wie Sie auf gesunde Weise leichter abnehmen. So können Sie Ihr Leben wieder in vollen Zügen genießen.

3 Kleidergrößen abnehmen
Eine klinische Langzeitstudie¹ über 12 Monate belegt: mit formoline L112 konnten die Teilnehmenden – als Unterstützung zu gesünderer Ernährung und etwas mehr Bewegung – über 12 kg abnehmen.

formoline L112 schützt vor vielen Kalorien
formoline L112 gibt Ihnen die Freiheit beim Abnehmen auch Ihre Lieblingsgerichte zu genießen. Nehmen Sie einfach formoline L112 zu Ihren beiden Hauptmahlzeiten ein.

Der Wirk-Ballaststoff L112 vermindert die Kalorienaufnahme aus den Nahrungsfetten. So erleben Sie Abnehmen mit Genuss und bleiben motiviert.

Service Angebot.
Motivation und Begleitung für Ihren Abnehmerfolg mit formoline L112 bietet unsere My-formoline Begleit-App. Jetzt gratis downloaden. 

- ✓ **Wirk-Ballaststoff einzigartig auf natürlicher Basis**
- ✓ **formoline L112 bindet bis zu 2/3 der verzehrten Nahrungsfette²**
- ✓ **Sehr gut verträglich und langfristig anwendbar**

*Jetzt starten mit formoline L112 -
aus Ihrer Apotheke*



Das sind die Top 12 :
Cosmó, Anna-Sophie,
Bamlak Werner, Nikotin,
Reverend Stomp, Lena
Schaur, Kayla Krystin,
Frevd, Philip Piller,
Sidrit Vokshi, David Kurt,
Julia Steen.

DIE STIMMEN AUS DEM OFF

Keine Punkte, dafür allerhand Hintergrundinformationen rund um den internationalen Musikbewerb kommen vom KommentatorInnen-Trio aus dem Studio.

Kabarettistin und „Smart10“-Moderatorin Caroline Athanasiadis betont: „Unsere Musikszene ist extrem vielfältig und wird oft unterschätzt.“

Wettsingen in Wien

Ein Dutzend Gesangstalente kämpft bei der großen Vorentscheidung um den **Einzug**. Wer repräsentiert Österreich beim **70. Eurovision Song Contest**?

Von **Barbara Schuster** | Redakteurin | barbara.schuster@tele.at

Bevor der Eurovision Song Contest zum dritten Mal in Wien gastiert, geht es am Freitag für zwölf MusikerInnen beim ersten nationalen Vorentscheid seit 2016 um die Wurst. Wir erinnern uns, 2015 „hat uns die den Schas gewonnen“. Ein Jahrzehnt später hat uns schließlich JJ den ESC erneut ins Land geholt.

PREMIERE FÜR DAS MODERATIONSDUO

Erstmals gemeinsam moderiert das sympathische Duo Alice Tumler und Cesár Sampson. Beide verfügen allerdings bereits über ESC-Erfahrung: Alice moderierte unter anderem 2015 den 60. ESC in Wien; Cesár vertrat Österreich beim ESC 2018 in Lissabon, wo er vor allem bei der Jury mit seinen stimmlichen Qualitäten punkten konnte.



das Publikum zu überzeugen, um sich das Ticket für den größten Musikwettbewerb der Welt zu sichern?

LIVE VOTING

Ab 22.55 Uhr heißt es: Ran an die Tasten! Die ZuseherInnen haben nun die Gelegenheit, per Voting live abzustimmen. Gemeinsam mit der Wertung der Jury wird so bestimmt, welcher Act beim ESC auftritt.

DIE PARTY

Direkt im Anschluss an den Vorentscheid gibt es das erste große Interview mit dem frisch gekürten ESC-Act, der gleich noch einmal auf die Bühne darf.

„UNITED BY MUSIC“

Unter diesem Motto findet das ESC-Finale am 16. Mai 2026 in der Wiener Stadthalle statt; bislang sind über 30 Länder angemeldet. ■

THE SHOW

Ab 20.15 Uhr zeigen die Top 12 ihr Können auf der Bühne. Wem gelingt es, die internationale Fachjury und

FR | 2015
Vienna Calling –
Wer singt für
Österreich?
ORF 1 LIVE



Caroline Athanasiadis, Elton und Luca Hänni
als KommentatorInnen-Panel

Ich weiß aber, wir haben tolle Musikerinnen und international erfolgreiche Bands, von denen oft die breite Öffentlichkeit gar nichts weiß.“ Mit der Rolle als Kommentator erfüllt sich für den deutschen Show-Moderator Elton „als wohl größten lebenden Österreich-Fan außerhalb Österreichs“ ein Traum. Auch für Luca Hänni, der die Schweiz beim ESC in Tel Aviv 2019 vertrat und Vierter wurde, hat der ESC einen besonderen Stellenwert.



Alice Tumler,
Cesár Sampson



Unter anderen Umständen Das Mädchen ...

NEU TV-Krimi. D 2026 „...ohne Namen“. Über ihr zugesteckte Koordinaten findet Jana Winter (**Natalia Wörner**) die sterblichen Überreste einer jungen Frau, die, wie sich herausstellt, vor etwa zwei Jahren im Wald begraben wurde. Die Durchforstung alter Vermisstenanzeigen bringt kein Ergebnis – für Winter, Matthias Hamm (**Ralph Herforth**) und Alwa Sörensen (**Lisa Werlinder**) beginnt eine Suche nach der Nadel im Heuhaufen. Privat sieht sich Winter mit dem Auszug ihres Sohnes Leo (Wörners Sohn **Jacob Lee Seeliger**) konfrontiert... Die Krimireihe feiert mit dem 25. Fall ihr 20-jähriges Jubiläum.

ORF 2 | SA | 20.15

Die Neue und die Ex

Neue Reihe, neuer Schauplatz: Ein deutsch-österreichisches Ermittlerinnenduo löst Kriminalfälle in Garmisch. Von Dieter Hauptmann

Eine Ermittlerin aus Österreich tritt ihre Stelle in Garmisch-Partenkirchen an: Es ist die junge, aber ganz und gar nicht naive Daphne Meindl (die gebürtige Villacherin **Philine Schmölzer**, „Die Flut – Tod am Deich“). Als ein engagierter Umweltschützer, dem zuvor ein abgetrennter Wolfskopf per Post zugestellt worden war, tot aufgefunden wird, eskaliert der Konflikt zwischen Landwirt:innen, Aktivist:innen und Politik rund um Wolfsschutz und ein Bauprojekt. Zum Unmut von Kommissariatsleiter Graner (**Harald Windisch**) mischt sich Daphnes Vorgängerin, Ex-Kommissarin Ira Zach (**Lavinia Wilson**), kräftig in den Fall ein...

SA | 20¹⁵

Der Garmisch-Krimi – Wolfsmond

SERVUS TV NEU

BEKANNTE GESICHTER

Solider Krimi mit starker österreichischer Beteiligung bis in die Nebenrollen: Zu sehen sind Edita Malovčić, Anna Rot, Sophie Stockinger und Marcel Mohab. Regie führte Saralisa Volm nach einem Drehbuch von Leona Stahlmann und Niklas Hofmann, das ZDF zeigt den Krimi am 28. Februar. ■



Tatort Schmerz

NEU TV-Krimi. D 2026 Eine Mordserie im Dortmunder Rotlichtmilieu führt Peter Faber (**Jörg Hartmann**) und Rosa Herzog (letzter „Tatort“-Auftritt von **Stefanie Reinsperger**) in die Geschichte der Jugoslawienkriege: Einer der Ermordeten war wegen Kriegsverbrechen verurteilt und untergetaucht, eine junge Bosnierin, verstorben in einem Bordell aufgegriffen, ist eine wichtige Zeugin. Für Mordkommissionsleiterin Ira Klasnic (**Alessija Lause**), die sich mit ihren Wurzeln, verdrängten Erinnerungen und der neuerlichen Begegnung mit dem Clanmitglied Lorik Duka (**Kasem Hoxha**) konfrontiert sieht, wird der Fall zur persönlichen Belastungsprobe.

ORF 2 & ARD | SO | 20.15



Oderbruch (1+2/6|2)

NEU Mysteryserie. D/GB 2026 Zwei Jahre sind nach den Leichenfunden im Oderbruch vergangen: Die Vampir-Geschwister Maggie (**Karoline Schuch**) und Kai Kring (**Julius Gause**) stellen sich gegen den todbringenden Blutdurst ihrer Art und machen gnadenlos Jagd auf die verbliebenen Mitglieder des Strigoi-Ordens – währenddessen ist ihnen der suspendierte Ermittler Stanislaw Zajak (**Lucas Gregorowicz**) weiterhin auf der Spur. Neu im Cast in Staffel 2: **Martin Feifel** als despotischer Strigoi-Herrscher Ion, **Sabin Tambrea** als dessen Sohn Quito und **Emily Kusche** als Maggies verheimlichte Tochter Vera. Je zwei Folgen sonntags.

ARD | SO | 22.05



SERIE

Die Notärztin (1/13|2) Grenzen

NEU Dramaserie. D 2026 Auftakt zur zweiten Staffel: Dramatischer Einsatz für die Notärztin Nina Haddad (**Sabrina Amali**) und ihr Team (u.a. **Johannes Kienast**) am Neckarufer. Vor dem Schwimmen ist Alkoholkonsum nicht angebracht, das haben einige Jugendliche nicht beherzigt. Einer muss reanimiert werden, ein weiterer droht von der Strömung in ein Wehr gezogen zu werden – es geht chaotisch zu, der Zeitdruck ist hoch, und die Feuerwehr ist noch nicht vor Ort. Gut, dass ein couragierter Ersthelfer mit anpackt: Von Philipp (**Max Woelky**) zeigt sich Nina beeindruckt ...

ARD | DI | 20.15

Bettgeflüster

Endlich eine lesbische RomCom aus Österreich: Kat Rohrer's herzliche wie pointenreiche Comedy „**What a Feeling**“ mit Proschat Madani und Caroline Peters ist absolut gelungen. Von Julia Pühringer



Die gebürtige Iranerin Fa (Proschat Madani) arbeitet als Tischlerin und steht auf Frauen – was ihre Mutter nicht wissen darf, die bei Familienfesten immer noch Männer in ihre Richtung schiebt. Dr. Marie Theres Wallner (Caroline Peters) hat zum Hochzeitstag mit Alexander (Heikko Deutschmann) einen Tisch für den halben Freundeskreis reserviert, sie alle werden Zeugen, als Alexander die tödliche Frage „Sind wir wirklich glücklich?“ stellt – und abschlägig beantwortet. Er will in Zukunft mit sich im Reinen leben, ganz ohne Marie Theres.

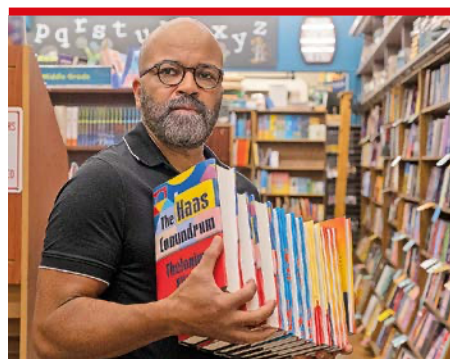
ZUM ERSTEN, ZUM ZWEITEN, ZUM DRITTEN Sie fällt nach einigen tröstlichen Drinks in einem Lesben-Lokal ein – hier trifft sie

auf Fa, die ihr mit dem Lieferwagen am Nachmittag schon gefährlich nahegekommen ist. Ein Vollrausch beendet das Gespräch – bis sich die beiden Frauen nächstens im Krankenhaus wieder über den Weg laufen, in dem Marie Theres arbeitet und sich Fas störrische Mutter zur Kontrolle befindet. Alles keine Situationen, in denen der Funke so richtig überspringen kann – zumal Marie Thereses Tochter Anna (Allegra Tinnfeld) grad super streng unterwegs ist und Fa abwechselnd unterschiedliche verheiratete Frauen beglückt... Entzückende Liebesgeschichte mit viel Witz und u. a. Petra Morzé, Barbara Spitz und Anton Noori. ■

★★★★ NIVEAU
★★★★ SPASS
★★★★ THRILL
★★★★ ACTION

MO | 20¹⁵
What a Feeling
★★★

ORF 1 NEU



Amerikanische Fiktion ★★

NEU Tragikomödie. USA 2023 Uniprofessor Thelonious „Monk“ Ellison (Jeffrey Wright) ist als Autor nicht mehr besonders gefragt. Er nimmt mit Wut zur Kenntnis, dass Romane voller Klischees über das Leben von Schwarzen Menschen gefragt sind und schreibt einen ebensolchen – „My Pafology“ – das Buch wird zum Erfolg, um die Filmrechte wird gefeilscht. Doch Ellison hat ganz andere Sorgen: Seine Mutter leidet an Alzheimer, seine Schwester ist plötzlich verstorben, und sein Bruder Cliff gerät auf Abwege. Dann ist da auch noch die neue Nachbarin... Die ironische Prämisse wird leider zum vorhersehbaren Melodram. **ONE | SA | 22.00**

★★★★ NIVEAU
★★★★ SPASS
★★★★ THRILL
★★★★ ACTION



Shahid ★★

Dokudrama. D/IRN 2023 Die iranisch-deutsche Regisseurin Narges (Baharak Abdolifard) will das Wort „Shahid“ aus ihrem Nachnamen loswerden – ihr Urgroßvater starb vor hundert Jahren während des Gebetes und wurde so zum „Märtyrer“ samt dem Ehrentamen „Shahid“. Die Urenkelin wird erstens von einer Gruppe tanzender schwarzgekleideter Männer (u. a. dem Urgroßvater) verfolgt und gerät in die Fänge der deutschen Bürokratie... Unterhaltsame politische Doku, die unterschiedliche Erzählformen ausprobiert, Buch und Regie: Narges Kalhor („In the Name of Scheherazade or the First Beergarden in Tehran“). **ZDF | MO | 23.55**

★★★★ NIVEAU
★★★★ SPASS
★★★★ THRILL
★★★★ ACTION



BLOCKBUSTER

Falsche Versprechen ★★

NEU Drama. F 2021 Bürgermeisterin Clémence Collombet (Isabelle Huppert) hat jahrzehntelang dafür gekämpft, dass eine bröckelnde Hochhaussiedlung am Stadtrand von Paris saniert wird. Inzwischen haben die WohnungsbesitzerInnen kein Vertrauen mehr in sie. Mit Hilfe ihres Kabinettschefs Yazid (Reda Kateb), der selbst aus armen Verhältnissen stammt, will Collombet in letzter Sekunde doch noch an die notwendigen staatlichen Förder-Millionen kommen – welche Strategie führt zum Erfolg? Wird Clémence ihre Versprechen halten, auch wenn sie einen Ministerposten angeboten bekommt? Regie: Thomas Kruihof. **ARTE | MI | 23.00**

★★★★ NIVEAU
★★★★ SPASS
★★★★ THRILL
★★★★ ACTION

NEU auf tele.at

Kinoprogramm für ganz Österreich:
Alle Filme, alle Kinos im Überblick

tele.at/kino

Stadt in Katalonien (Spanien) → russ.-chines. Grenzfluss → Prag in der Landessprache → Vorfahr → dt.: Lauch → sich durch nichts abbringen lassend

Geflügelprodukt → Doppelvokal → Vorläufer der EU → Abk.: international

brit. Pop-Musiker (Chris) → alkohol. Getränk → Vornamen v. Fröbe †1988 → Flussregulierung → Geheimwort

brasil. Musiker: Gilberto ... → afrikan. Antilopenart → Halbaffe Madagaskars → Tarantino-Film: ... Fiction → österr. Nachrichtentagentur (Abk.) → Rolle von Angelina Jolie: ... Croft

Kopie, Durchschlag → ungetrübte → Sinnesorgan → Betriebsystem (engl. Abk.) → Strudel, Strömung → Lochring

Abk.: Bruttoinlandsprodukt

1
2
3
4
5
6
7

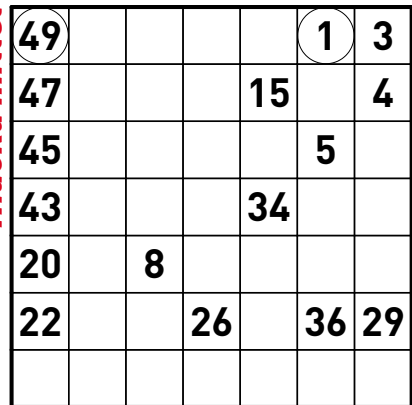


Klimkowski – Predke Eforie-Nord, 2025

Wie gewann Schwarz entscheidend Material?



Erklärung Farbsudoku: In jeder Zeile, in jeder Spalte, in jedem 3x3-Block und zusätzlich auf Feldern gleicher Farbe müssen alle Ziffern von 1 bis 9 genau einmal vorkommen.



Erklärung Hidoku: Die leeren Felder sollen so ausgefüllt werden, dass sich eine Kette mit fortlaufenden Zahlen von 1 bis 49 ergibt, die sich entweder waagrecht, senkrecht oder diagonal direkt berühren.

Hier die Lösungen aus tele Nr. 7: tele-Partie, Kreuzworträtsel, Sudoku und Kikagaku

32.Dxa7+ Kxa7
33.b8d+ [33...Txb8
34.Ta1+ [34.Txb8?
Td2 35.T8b3 De2+
36.Kg1 Dxe1#] 34...La3
35.Taxa3#] 1-0

■ C H ■ ■ ■ P B B ■
■ A E D ■ ■ R O G E R
■ F L Y N N ■ ■ L T U
■ A E R A ■ ■ M A D A M
■ M I ■ ■ ■ R E E Z
■ R A K E T E ■ M ■ ■ ■ M A U S
■ R O T E R ■ O P E C ■ E L B A
■ E S T R I C H ■ T R I E B E N
■ S T E A K ■ N I C O ■ R A N I

DRAUSTADT

1	5	3	6	2	4	8	9	7
9	4	7	3	8	5	6	1	2
6	2	8	1	9	7	5	3	4
2	9	6	5	3	8	4	7	1
4	8	5	7	1	9	3	2	6
7	3	1	2	4	6	9	8	5
8	6	9	4	7	1	2	5	3
3	1	4	8	5	2	7	6	9
5	7	2	9	6	3	1	4	8

7	5	1	6	8	2	4	3	9
9	3	5	2	6	8	1	4	7
6	8	9	4	5	1	3	7	2
2	4	7	9	1	3	6	8	5
4	1	3	5	2	7	9	6	8
8	9	6	1	3	5	7	2	4
3	7	2	8	4	9	5	1	6
5	2	4	3	7	6	8	9	1
1	6	8	7	9	4	2	5	3

DIE Ö1-HIGHLIGHTS DER WOCHE 20.2. – 26.2.

Freitag 14.05 In Concert. Wayne Shorter 1996 in der Wiener Staatsoper **16.05 Im Gespräch.** „Die Zukunft braucht Weisheit“ **20.00 Kabarett direkt.** Lisa Eckhart live aus dem Linzer Brucknerhaus **22.30 Spielräume – Nachtausgabe.** 1996 – Ein goldenes Hip-Hop Jahr **Samstag 10.05 Ö1 Klassik-Treffpunkt.** 45 Jahre Serapionstheater **14.00 Ö1 Hörspiel.** Das Ö1 Hörspiel-Magazin – Die Top 10 des Jahres **17.05 Diagonal.**

Hört doch endlich zu! Zur Person Cassandra **19.05 Contra.** Thomas Maurer – „Im falschen Film“ **19.30 Opernabend – Salzburger Mozartwoche 2026.** Wolfgang Amadeus Mozart: „Die Zauberflöte“ **Sonntag 11.03 Matinee.** Rattle dirigiert Schumann & Strawinsky. Robert Schumann: Symphonie Nr. 2 C-Dur op. 61; Igor Strawinsky: Der Feuervogel **14.05 Menschenbilder.** Dimitré Dinev, Schriftsteller **19.45 Supernova.** Party Mo-

dern **Montag 9.05 Radiokolleg.** Outfit. Was wir tragen und warum (1) **16.05 Science Arena.** Freud im Korb: **Dienstag 14.05 Das Ö1 Konzert.** Heras-Casado dirigiert Bruckners Messe in f-Moll **19.30 Mozartwoche 2026.** Wolfgang Amadeus Mozart: Requiem **Mittwoch 14.05 Das Ö1 Konzert.** Paul Lewis spielt Schubert **16.05 Im Fokus.** „Mann genug?“ **19.30 Alte Musik – neu interpretiert.** Capella de la Torre bei den „Resonanzen“

21.00 Passagen. Tanja Maljartschuk und Juri Andrichowitsch präsentieren die „Ukrainische Bibliothek in deutscher Sprache“. **Donnerstag 15.30 Moment.** Respektvoll Kritik üben **19.30 Das Ö1 Konzert.** Lahav Shani am Pult der Münchner Philharmoniker. U. a.: Henri Dutilleux: Violinkonzert „L'arbre des songes“; Michael Seltenreich: The Prisoner's Dilemma; Paul Ben-Haim: Symphonie Nr. 1



Lord of the Flies (1+2/4|1)



Dramaserie. UK 2026 Die neue Serienadaptation des Bestsellerromans von William Golding. Eine Gruppe von Schulbuben landet nach einem Flugzeugabsturz auf einer tropischen Insel – ohne Erwachsene sind sie völlig auf sich gestellt. Die Kinder organisieren sich, Ralph (Winston Sawyers) wird ihr Anführer, Piggy (David McKenna) ist der Intellektuelle der Gruppe. Jack (Lox Pratt) wird zum begeisterten Jäger, was die Dynamik der Gruppe verändert – Jack lockt einzelne Buben aus der Gemeinschaft. Das Drehbuch schrieb Jack Thorne („Adolescence“), Regie führte Marc Munden („Help“). Die Story von der Unausweichlichkeit von Gewalt ist in die Literaturgeschichte eingegangen. Tatsächlich ergaben Recherchen über eine Gruppe von Schulbuben, die 1965 auf einer kleinen Insel im Pazifischen Ozean strandeten, das Gegenteil: Die Buben überlebten, weil sie solidarisch waren und einander halfen. Die Insel war menschenleer, weil die BewohnerInnen versklavt worden waren – eine ganz andere Geschichte...

Ab 24.2. auf SKY, Folgen 3 & 4 ab 4. März



Kacken an der Havel (1–9|1)

Comedyserie. D 2026 Toni (Anton Schneider aka Fatoni) träumte schon als Kind davon, als Rapper berühmt zu werden. Deshalb ließ er seinen Heimatort Kacken (an der Havel) hinter sich und zog nach Berlin – doch auch nach 18 Jahren in der Großstadt ist Toni nur als Pizzabäcker durchgestartet. Tonis Schwester informiert ihn vom plötzlichen Tod der gemeinsamen Mutter, Toni muss zurück in die Heimat. Tatsächlich wird der Ortswechsel zur Karrierechance seines Lebens, während der jüngere Schwiegervater Johnny Carrera (Dimitrij Schaad), die sprechende Babyente Tupac und andere absonderliche DorfbewohnerInnen für Aufregung sorgen. Dann wird Toni auch noch von der Existenz eines inzwischen 13-jährigen Sohns (Sky Arndt) überrascht, der von heute auf morgen bei ihm einziehen will – als würde die sonstige Familie nicht reichen... Die Serie wurde von den Brüdern Alex und Dimitrij Schaad entwickelt, mit Jördis Triebel und Veronica Ferres.

Ab 26.2. auf NETFLIX



Strip Law – Die Gesetze von Las Vegas (1–10/10|1)

Animationsserie. USA 2026 Anwalt Lincoln Gumb ist eigentlich zu verklemmt für seinen Job: Er arbeitet als Anwalt in Las Vegas, wo ununterbrochen durchgeknallte Menschen illegale Dinge treiben. Mit Zauberin Sheila Flambé im Team soll sich das bald ändern... Witzig-schräge Comedy-Serie für Erwachsene mit lustigen Figuren, geschrieben u.a. von Emma Del Valle, Lauren Maguire und Tamara Yayia.

Ab 20.2. auf NETFLIX



The Bluff ★★

Abenteuerfilm. USA 2026 Die ehemalige Piratin Ercell „Bloody Mary“ Bodden (Priyanka Chopra Jonas) lebt ein friedliches Leben mit Mann (Ismael Cruz Cordova) und Sohn (Vedanten Naidoo) auf den Cayman Islands. Als ihr ehemaliger Kapitän Connor (Karl Urban) auftaucht und auf Rache sinnt, kommen ihre früheren mörderischen Fähigkeiten gerade recht – schließlich muss sie auch ihre Familie schützen... Actionreiches Piratenabenteuer von Frank E. Flowers.

Ab 25.2. auf PRIME VIDEO

★★★★ NIVEAU
★★★★ SPASS
★★★★ THRILL
★★★★ ACTION



Am 20. Februar gibt es den ersten Euro-Millionen Superpot des Jahres

Einen dreistelligen Millionengewinn hat es bei EuroMillionen heuer schon gegeben, als ein Belgier Ende Jänner 123,5 Millionen Euro gewonnen hatte. Jetzt, Mitte Februar, geht es erneut um einen – noch etwas höheren – dreistelligen Millionenbetrag. Am Freitag, den 20. Februar 2026 steht der erste EuroMillionen Superpot des Jahres auf dem Programm, und das heißt, dass die Gewinnsumme für „5 plus 2 Richtige“ auf exakt 130 Millionen Euro aufdotiert wird.

Dazu führen die Österreichischen Lotterien auch wieder die „7 plus 1“-Promotion durch: Wer zumindest sieben Tipps auf seinem Wertschein ankreuzt oder Quicktipps spielt, der erhält einen Gratistipp zusätzlich. EuroMillionen kann in allen Annahmestellen der Österreichischen Lotterien sowie auf win2day.at und über die Lotterien App gespielt werden. Annahmeschluss für diese Ziehung ist am Freitag, den 20. Februar, um 20.00 Uhr.



SENDUNG ZUM
THEMA GENUSS



• SO ISST ÖSTERREICH BESSER (2)

Silvia Schneider zeigt gemeinsam mit dem Molekularbiologen und Ernährungsexperten **Fritz Treiber** was genau alles in Fertiggerichten steckt und vergleicht diese mit den selbstgekochten Varianten der Spitzenköche **Richard Rauch**, **Max Stiegl** und **Eveline Wild**. In der zweiten Folge werden die Themen Eis und Sachertorte bei Eveline Wild unter die Lupe genommen.

MI | ORF 1 | 21.05

Goldbraun gebacken, herrlich duftend und gefüllt nach Lust und Laune: Unsere Teigschiffchen sind kleine Genussboote. Die Kombination aus Spinat, Käse und frischen Kräutern ist ein echter Klassiker. Doch ihr könnt euch mit den Füllungen kreativ austoben – erlaubt ist, was schmeckt!

Für den Teig in einer Schüssel Hefe, Zucker, Joghurt und Öl mit 220 ml lauwarmem Wasser gut verrühren und 15 Minuten (oder bis es leicht schäumt) stehen lassen. Salz dazugeben, dann das Mehl nach und nach gründlich einarbeiten (gerne 6–8 Minuten), bis ein sehr weicher, glatter Teig entsteht, der noch ganz leicht klebt. Im Türki-

Teigschiffchen mit Spinat, Käse & Kräutern

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

Zutaten für den Teig:

½ Würfel frische Hefe (oder 7 g Trockenhefe) | 1 Prise Zucker
2 EL Naturjoghurt, 3,5 % Fett
2 EL natives Olivenöl extra
1 TL Salz | etwa 450 g Weizenmehl | Für die Füllung:
300 g Spinat | 1 große Zwiebel | 1 Knoblauchzehe
3 Frühlingszwiebeln | 6 Stängel Dill | 1–2 EL natives Olivenöl extra | 150 g Weißkäse in Salzlake (beyaz peynir oder Feta), 45–55 % Fett | 2–3 Prisen pul biber (Chiliflocken)
1–2 Prisen Salz und Pfeffer
etwas Muskat, auf Wunsch

schen spricht man von der Konsistenz eines Ohrläppchens. Mit einem Küchentuch abgedeckt 1–2 Stunden an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat. Einen Pizzastein im oberen Drittel in den Backofen schieben und den Ofen auf höchster Stufe (mind. 225 °C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Für die Füllung Spinat klein schneiden, gut waschen und vollständig abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch abzie-

hen und sehr klein würfeln. Frühlingszwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden. Dill klein schneiden. Zwiebel in Olivenöl glasig andünsten, Knoblauch sowie Spinat dazugeben und weitergaren, bis das Wasser verdunstet und alles zusammengefallen ist. Vom Herd nehmen und Frühlingszwiebeln, Dill sowie zerbröselten Käse untermischen. Mit Chiliflocken, Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche erneut gut durchkneten. In 4 kleine Portionen teilen (à ca. 150 g), diese rund wirken und mit einem Küchentuch für 15 Minuten abdecken. Teigkugeln mit einem Nudelholz zu dünnen, länglich-ovalen Fladen ausrollen und je ein Viertel der Füllung mittig daraufgeben. Die beiden Längsseiten etwa 1,5 cm breit nach innen klappen und die schmalen Enden leicht verdrehen. Eigelb und Öl verquirlen, die Teigränder dünn damit bestreichen und mit Schwarzkümmel und/oder Sesam bestreuen. ■

BUCHTIPP:

Rezept aus dem Buch
„Türkei vegetarisch“

224 Seiten | € 36,–
www.brandstaetterverlag.com



Zeit zum Fasten

AKTIV UND GESUND

tele 9



HIRSCHHAUSEN UND DER ZUCKER
Mo., 23. 2. | 20.15 Uhr
ARD 1

SENDUNGEN ZUM THEMA GESUNDHEIT

- **RE: ICH WILL 120 WERDEN!**
Manche träumen von der Unsterblichkeit und frieren dafür sogar bei -110 °C.
FR | ARTE | 19.40
- **BEWUSST GESUND**
U.a.: Basenfasten / Fastenmethoden
Studiogast: Elisabeth Rabeder
SA | ORF 2 | 17.30

Wer dem Körper eine Pause gönnen will, entscheidet sich oftmals zu **Fasten**. Worauf man **verzichtet**, ist dabei sehr individuell.

Von **Barbara Schuster** | Redakteurin
barbara.schuster@tele.at

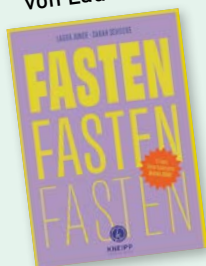


Alkohol, Rauchen, Fleisch und Zucker rangieren ganz vorne beim geplanten Verzicht. Letzterem widmet sich Dr. Eckart von Hirschhausen ausgiebig in seiner neuen Doku. Im Fokus steht dabei der (übermäßige) Konsum von Industriezucker und dessen Auswirkungen. Er spricht mit Diabetikern über ihre Erfolge und Misserfolge, berichtet, was die Zuckersteuer auf Limonaden in anderen Ländern bisher gebracht hat, und stellt die Frage, ob Zuckeraustauschstoffe die Lösung sind. Dafür unterzieht er sich einem Test mit Süßstoff. Der Arzt und Wissenschaftsjournalist hat auch selbst im Zuge seiner Recherchen der letzten Jahre viel dazugelernt und gleichzeitig einige Kilos verloren. ■

GEWINNSPIEL

Gewinnen Sie je eines von 3 Exemplaren auf tele.at

„Fasten, Fasten, Fasten“
Starte deine individuelle Challenge
von Laura Junge, Sarah Schocke



„Fasten:Reset“
Deine Energie-Kur für zuhause
von Elisabeth Rabeder

Kneipp Verlag www.styria.com

Gesunder Tipp

Lass die Sonne rein mit Solarvit®

Neben Sport leert auch Stress die Magnesium-Speicher. Solarvit® Active enthält die einzigartige Kombination aus Vitamin D3, K2 und Magnesium in guter Bioverfügbarkeit. Nur 1x täglich und unabhängig von Mahlzeiten. Apothekenexklusiv.

www.solarvit.at

022_SOL_0126



WERBUNG

A-4730 Waizenkirchen | Webereistraße 14
A-1230 Wien | Klingerstraße 4a
A-8054 Graz | Anthauerweg 12/6 (Büro)

WEIGL
Liftsysteme

Treppenlifte

Österreichischer Marktführer



Neu,
gebraucht
oder zu
mieten!

Homelifte

Österreichische Produktion



www.weigl.at

■ Familienunternehmen
seit 1899 mit mehr als
300 Mitarbeiter:innen

■ Qualität & Zuverlässigkeit
aus Österreich

Wir beraten Sie gerne vor Ort
oder in einem unserer Schau-
räume in OÖ oder Wien!

0800 85 85 55

Jetzt gebührenfrei anrufen und
Gratiskatalog anfordern!

WEIGL IN IHRER NÄHE

Oberösterreich 07277-2238
Salzburg 0662-451696
Steiermark / Kärnten 0316-241740

Niederösterreich 02243-83721
Wien / Burgenland 01-9581675
Tirol / Vorarlberg 0512-562344

WERBUNG

Der Alte Mord in den Alpen

TV-Krimi. D/CH/Ö 2015 „Der Alte“ in Spielfilmlänge: Richard Voss (Jan-Gregor Kremp) hat einen Menschen erschossen und wird von Selbstzweifeln geplagt. Traumatisiert zieht er sich an einen Ort in den Tiroler Bergen zurück – und gerät in einen Banküberfall ... Mit Martin Feifel und Johannes Zeiler. **ORF 2 | 20.15**

ORF 1

10.00 **XXV.** Olympische Winterspiele. Freestyle Skicross Damen Quali **11.00** **XXV.** Olympische Winterspiele. Olympia Studio **12.00** **XXV.** Olympische Winterspiele. Freest. Skicr. Damen

14.00 **XXV.** Olympische Winterspiele Biathlon Massenstart Herren

15.30 **XXV.** Olympische Winterspiele Curling, Eisschnelllauf 1.500 m Damen u. a.

17.50 **XXV.** Olympische Winterspiele Eishockey Halbfinale Herren, Zer Bob Damen

18.30 **XXV.** Olympische Winterspiele Olympia Studio

19.00 **XXV.** Olympische Winterspiele Zer Bob Damen, Freestyle Halfpipe Herren, Curling

20.15 **Vienna Calling – Wer singt für Österreich?** Die Show. Musikshow **TIPP S. 3**

22.55 **Vienna Calling – Wer singt für Österreich?** Das Voting. Musikshow

23.20 **Vienna Calling – Wer singt für Österreich?** Die Party

23.40 **Dirty Dancing** Tanzfilm, USA 1987 · Mit Patrick Swayze, Jennifer Grey, Cynthia Rhodes. Regie: Emile Ardolino. Frances „Baby“ Houseman verliebt sich in Tanzlehrer Johnny.

1.15 **Dear Evan Hansen** Musicalfilm, USA 2021 · Mit Ben Platt, Kaitlyn Dever, Amanda Stenberg. Regie: Steven Chbosky

3.25 **Cats** Musicalfilm, USA 2019 · Mit Francesca Hayward, Rebel Wilson, Idris Elba

ORF 2

6.30 Guten Morgen Österreich / Wetter / ZIB **9.10** Fit mit den Stars. Conny Kreuter **9.30** Silvia kocht **9.55** Paul Kemp – Alles kein Problem **10.45** Wir – Das Volksgruppenmagazin

11.15 Erlebnis Österreich **11.40** kreuz & quer reportage **12.10** Schauplatz Gericht **13.00** ZIB **13.30** Aktuell nach eins **14.20** Silvia kocht **14.45** Sturm der Liebe **15.35** Die Rosenheim-Cops **16.20** Hinter den Schlagzeilen

17.05 Aktuell nach fünf **17.30** Studio 2 **18.30** Mayrs Magazin – Wissen für alle **18.51** infos & tips **19.00** Bundesland heute **19.30** Zeit im Bild **19.56** Sport Aktuell **20.05** Seitenblicke

20.15 **Der Alte Mord in den Alpen.** TV-Krimi, D 2014 **TIPP**

21.50 **Reisezeit – Zurück zur Natur**

22.00 **ZIB 2**

22.25 **Euromillionen**

22.35 **Geheimsache Kopernikus – Triumph der Wissenschaft** Doku. Seine revolutionären Erkenntnisse stellen im 16. Jahrhundert das Weltbild auf den Kopf: 30 Jahre lang hält der Astronom, Arzt und Domherr des Fürstbistums Ermland im heutigen Polen, Nikolaus Kopernikus, seine Theorie geheim – aus Furcht vor der Strafe der katholischen Kirche.

0.05 **Die Protokollantin** (1) TV-Krimi, D 2018

1.40 **Babylon Berlin** Krimiserie

2.25 **Der Irland-Krimi** Die Toten von Glenmore Abbey. TV-Krimi, D 2019

3.55 **Silvia kocht**

ATV ATV

5.50 Danni Lowinski. Schön für einen Tag. Anwaltsserie **6.35** Der letzte Bulle. Gefährliches Spiel / Die Büchse der Pandora / Die wollen nur spielen. Krimiserie **9.05** MediaShop

11.05 **Der letzte Bulle**

12.00 **Treffpunkt Österreich zu Mittag**

13.15 **Bull zu perfekt**

14.10 **The Mentalist** Boscos Rache

15.05 **The Mentalist** Ernie und Bert

15.55 **Hawaii Five-0** Blütenpracht

16.55 **Hawaii Five-0** Tag der Wahrheit

17.55 **The Mentalist** Grüße von Red John

18.50 **The Mentalist** Gepresste Kohle

19.50 **Treffpunkt Österreich**

20.15 **Ein Leben für die Schönheit** Doku

21.20 **Immo Queens**

22.20 **Aktuell: Die Woche**

22.45 **Breaking Media – Macht.Medien. Kompetenz.**

23.15 **Ein Leben für die Schönheit**

0.20 **Immo Queens**

1.20 **Mein Gemeindebau**

2.10 **Forsthaus Rampensau Germany**

3.00 **Aktuell: Die Woche**

ATV// ATV2

11.55 **Verliebt in Berlin**

12.20 **Die Spreewaldklinik**

13.00 **Charmed 16.25** Desperate Housewives **18.15** Gilmore Girls **20.15** *** Wunder. Drama, USA 2017 **22.25** **** Good Will Hunting. Melodram, USA 1997

ORF SPORT +

17.40 **Fußball Admiral 2. Liga.** Konferenzschaltung

20.00 **Fußball Admiral 2. Liga.** First Vienna 1894 – SKN St. Pölten **22.30** **Olympische Winterspiele** 1.00 Olympische Winterspiele: Olympic News Chan.

The Suicide Squad ★★

Actionfilm. USA 2021 Für zehn Jahre Straf-erlass schließen sich Harley Quinn (Margot Robbie), Bloodsport (Idris Elba) und weitere inhaftierte Superschurken zur Task Force X zusammen, um einen Militärputsch niederzuschlagen. Durchgeknallter Action-Spaß von James Gunn. **PULS 4 | 20.15** ★★★★★ NIVEAU ★★★★★ SPASS ★★★★★ THRILL ★★★★★ ACTION

PULS 4

5.30 Café Puls **6.00** Café Puls **12.00** Treffpunkt Österreich zu Mittag **13.05** GO! Das Motormagazin **13.35** MediaShop **15.15** The Big Bang Theory. Die Vollzugs-Verweigerung. Sitcom

15.40 **The Big Bang Theory** Die russische Widerlegung / Die Theorie-Trauer / Die Paintball-Partnerkrisen / Der Fortpflanzungs-Vorschlag / Der Nobelpreis-Diebstahlsversuch / Die Bewegungsmelder-Belästigung. Sitcom

18.15 **Two and a Half Men** Arm, aber schön. Sitcom

18.42 **Puls 4 Aktuell**

18.55 **Two and a Half Men** Die Paparazzi-Fälle / Ein-Ei-Johnson / Willkommen auf Alancrest

20.15 **The Suicide Squad** Actionfilm, USA 2021 **TIPP**

22.45 **Jupiter Ascending** Science-Fiction-Film, USA 2015 · Mit Mila Kunis, Channing Tatum, Sean Bean

1.15 **After Earth** Science-Fiction-Film, USA 2012

2.40 **Blood Creek** Horrorfilm, USA/GB/RUM 2009

PULS 24

14.45 **ATV – Die Reportage**

15.45 **Mein Recht! Ich geb' nicht auf!** **17.40** **Pfusch am Bau** **19.35** **Wirtschaft 24** **19.50** **Treffpunkt Österreich** **20.15** **Engelst – Cold Case** Austria **22.10** **Österreichs schockierendste Verbrechen**

phoenix

16.00 **Maybrit Illner** **17.15** **Aktuelle Reportage** **17.30** **Der Tag** **18.30** **Aktuelle Reportage** **18.30** **Dokumentation** **20.00** **Tagesschau** **20.15** **Pelagos** **21.00** **Indonesien** **21.45** **Afrika** **22.30** **Jeder Baum zählt** **23.00** **Der Tag**

Servus SERVUS TV

5.55 **Servus Wetter** **6.00** **Das Wetterpanorama** bei ServusTV **8.35** **Hoagascht.** latz klumperets – Imster Faschnacht **9.05** **Die Gruaberin.** Kabarettshow **9.55** **Talk im Hangar-7.** Talkshow

11.10 **Ancient Aliens – Unerklärliche Phänomene** Das Mysterium um Mount Shasta

12.00 **TM Wissen** Brennen-der Lösung – Wie Feuer den Neuseidler See retten kann

13.00 **Heimatleuchten** Bel-la Cortina – Triumphe und Traditionen

14.00 **Servus um 2**

15.05 **Bares für Rares**

15.50 **Bares für Rares**

17.00 **Quizjagd**

18.05 **Servus am Abend**

18.30 **Bares für Rares**

19.20 **Servus Nachrichten**

19.35 **Quizmaster**

20.15 **Heimatleuchten** Kärntens wilder Süden – saugaut! Doku

21.15 **Die Bären sind los**

22.15 **Die Gruaberin** Mit Monika Gruber und Frau Generalmajor Sylvia Sperandio

23.15 **Heimatleuchten**

0.15 **Die Bären sind los**

1.15 **Die Gruaberin**

2.00 **So feiern wir**

2.50 **TM Wissen**

SAT.1

5.05 **Auf Streife.** Auto klauen, Unfall bauen. Doku-Soap **5.35** **Lenßen übernimmt.** Reality-Soap **6.00** **Café Puls** **9.00** **MediaShop** **11.00** **Lebensretter hautnah** – Wenn jede Sekunde zählt

12.00 **Auf Streife – Die Spezialisten**

14.00 **Auf Streife**

15.00 **Auf Streife – Die neuen Einsätze**

16.00 **Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt** Reality-Soap

17.00 **Notruf** Stromschlag in der Kirche

17.30 **Go! Das Motor-magazin**

18.00 **Lenßen hilft** Der Giftzweig / Hörsturz. Doku-Soap

19.00 **Die Landarzt-praxis** Mitgefühl

19.50 **Treffpunkt Österreich**

20.15 **Die besten Comedians Deutschlands** Comedyshow. Moderation: Daniel Boschmann

22.55 **Halbpension mit Schmitz** Comedyshow

0.50 **Die besten Comedians Deutschlands** Comedyshow

2.55 **Halbpension mit Schmitz** Comedyshow

KIKA KIKA

17.00 **Wir Kinder aus dem Mönchenweg** **17.25** **Die Schlümpfe** **17.50** **Wickie** **18.10** **Grisu** **18.35** **Die Wer-kei-Ferkel** **18.50** **Sandmänn-chen** **19.00** **Die Borger** **19.30** ***** Fünf Freunde 3.** Abenteuerfilm, D 2014

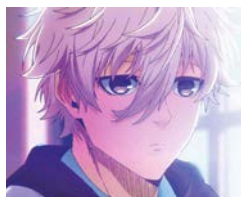
Disney DISNEY

14.50 **Big City Greens** **15.50** **Taffy** **16.15** **Hamster & Gretel** **16.40** **Phineas und Ferb** **17.15** **Bluey** **18.05** **Miraculous** **18.55** ***** Susi und Strolch.** Trickfilm, USA 1955 **20.15** ***** Cap und Capper.** Trickfilm, USA 1981

TELE 5

7.25 **Joyce Meyer** **7.55** **Informa-tional** **15.10** **King of Queens** **16.10** **Star Trek – Deep Space Nine** **18.10** **Raumschiff Voyager** **20.15** **Spooked – Geisterjagd** in Irland **22.05** ***** The Lodge.** Drama, GB 2019

Blue Lock: Der Film – Episode Nagi ★★



NEU Animefilm. J 2024 Nagi führt ein unauffälliges Schülerleben, bis Mitschüler Reo sein verborgenes Fußballtalent entdeckt. Gemeinsam träumen sie vom Aufstieg an die Weltspitze – und landen beim Blue-Lock-Projekt, wo Japans beste Stürmer gegeneinander antreten. **PRO 7 MAXX | 20.15** ★★★★★ NIVEAU ★★★★★ SPASS ★★★★★ THRILL ★★★★★ ACTION

Mord oder Watt? Die wilde Hilde



NEU TV-Kriminalfilm. D 2026 TV-Kommissar-Mime Tim Seebach (Oliver Mommsen) hält sich auch privat für einen Ermittlungsprofi. Als seine Tante Hilde (Angela Roy) aus den USA auftaucht und eine Aktivistin tot aufgefunden wird, mischt er sich in die Arbeit von Polizistin Wiebke (Antonia Bill) ein – mit chaotischen Folgen. **ARD | 20.15**

RTL

15.00 Barbara Salesch 15.55 Ulrich Wetzell 17.00 Ulrich Wetzell – Das Jugendgericht 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exclusiv 18.45 Aktuell 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ

PRO 7

12.50 How I Met Your Mother 13.15 The Middle 13.45 Young Sheldon 14.10 Two and a Half Men 15.35 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Aktuell 18.10 Die Simpsons 19.05 Galileo

VOX

12.20 CSI: Miami 15.00 Shopping Queen 16.00 Guidos Deko Queen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates – Ein Tisch für zwei 19.05 Das perfekte Dinner. Tag 5: Leon, Osnabrück

KABEL 1

11.05 MacGyver 12.00 Bull Castle 12.55 The Mentalist 13.50 Steel Buddies 14.45 Hawaii Five-0 15.55 Abenteuer Leben 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Achtung Kontrolle!

Das Erste ARD

15.10 Sturm der Liebe 16.00 Tagesschau 16.10 Leopard, Seebär & Co. 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Quizduell-Olymp 20.00 Tagesschau

ZDF

15.15 heute Xpress 15.20 sportstudio-Olympia. Curling / Eisschnelllauf / Eishockey 17.00 heute Xpress 17.05 sportstudio-Olympia. Eisschnelllauf / Eishockey / Bob 19.00 heute

20.15 Die ultimative Chart Show – Die erfolgreichsten Mitsing-Hits aller Zeiten Musikshow. Moderation: Oliver Geissen 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 CSI: Miami Deine eigenen Leute / Endgeschwindigkeit / Stutenbisse Krimiserie 2.55 CSI: Den Tätern auf der Spur Krimiserie

20.15 Chaos Walking Science-Fiction-Film, USA/CDN/HK/LUX 2021 Mit Tom Holland 22.30 Die Tribute von Panem – The Ballad of Songbirds and Snakes Science-Fiction-Film, USA 2023 1.35 Chaos Walking Sci-Fi-Film, USA/CDN/HK/LUX 2021

20.15 Goodbye Deutschland! Die Auswanderer In Los Angeles kämpfen drei deutsche Auswanderinnen um ihre Träume. The Commuter Thriller, GB/USA 2017 Mit Liam Neeson, Vera Farmiga 0.20 VOX Nachrichten 0.40 Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin

20.15 Weiblich. Tödlich. Sisters in Crime Doku 22.20 Uwe Ochsenknecht präsentiert: die 7 Todsünden 0.20 Im Kopf des Verbrechers 1.25 Verscharrt & vergraben – Mord verjährt nicht 3.00 Homicide Hunter – Dem Mörder auf der Spur

20.15 Mord oder Watt? Die wilde Hilde TV-Krimi, D 2026 TIPP 21.45 Tagesthemen 22.20 Morden im Norden 23.10 Sportschau Fußball-Bundesliga 23.55 Brokenwood – Mord in Neuseeland Blutiges Pink. TV-Krimi, NZ 2015 1.30 Mord oder Watt? Die wilde Hilde TV-Krimi, D 2026

19.15 sportstudio-Olympia 14. Wettkampftag · U. a.: Curling / Bob / Freestyle Ski / Shorttrack 21.50 heute journal 22.05 sportstudio-Olympia 14. Wettkampftag · Eishockey / Shorttrack 23.30 heute-show 0.00 aspekte 0.45 heute journal update

RTL ZWEI

17.05 Hartz Rot Gold 18.05 Hartz und herzlich – Tag für Tag Rostock 19.05 Berlin – Tag & Nacht 20.15 Olympus Has Fallen – Die Welt in Gefahr Actionfilm, USA 2013 · Mit Gerard Butler, Aaron Eckhart, Morgan Freeman 22.25 The Punisher Actionfilm, USA/D 2004 · Mit Tom Jane 0.45 Bullet Proof Actionfilm, CDN 2022 2.25 Autopsie – Mysteriöse Todesfälle

GOLD SAT1 GOLD

13.05 Die Waltons 13.55 Unsere kleine Farm 15.30 Mord ist ihr Hobby 17.15 Cold Case 18.55 K 11 20.15 K11 – Die neuen Fälle Die lebende Tote / Tödliche Visionen / Der Brückenteufel 21.40 Auf Streife U. a.: Der Hartgeld Hinterhalt 23.30 K 11 – Kommissare im Einsatz U. a.: Stille Wasser sind tief 0.45 Lenßen & Partner 1.50 K11 – Die neuen Fälle 2.55 Auf Streife

BR BAYERN

17.30 Regional 18.00 Abend-schau 18.30 BR24 19.00 Unser Land 19.30 Landgast-häuser 20.00 Tagesschau 20.15 Hubert ohne Staller Welpenschutz / Anleitung zum Glücklichein 21.50 BR24 22.05 Auf bairisch g'lacht! 22.50 Spiel mir das Lied vom Tod Italowestern, I/USA 1968 Mit Charles Bronson 1.30 Django und Sabata – Wie blutige Geier Italowestern, I 1970 2.55 Wir in Bayern

arte ARTE

18.35 Rumäniens älteste Gebirgshahn 19.20 Arte Journal 19.40 Re: Ich will 120 werden! 20.15 Das unsichtbare Mädchen TV-Krimi, D 2011 · Mit Elmar Wepper 22.00 Zu neuen Ufern TV-Krimi, Ö 2022 · Mit Maria Hofstätter 23.30 Jason Mraz 1.05 Martin Scorsese – Von Little Italy nach Hollywood 2.00 Grönland, Überleben am Rand der Welt 2.45 Cry Wolf (6/8)

sat 3SAT

18.15 Nano: Depression – Wie kommt man wieder raus? 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Aenne Burda – Die Wirtschaftswunderfrau (2) TV-Drama, D 2018 · Mit Katharina Wackernagel 21.45 Erlebnisseisen 22.00 ZIB 2 22.25 Der Pate II Mafiafilm, USA 1974 1.40 10 vor 10 2.05 Willkommen Österreich 3.00 extra 3

ORF ORF III

16.45 Kommissar Rex 19.18 ORF III AKTUELL 19.25 Nachrichten in einfacher Sprache 19.40 Kultur Heute 20.15 Fast perfekt verliebt TV-Liebeskomödie, D 2019 · Mit Katharina Schüttler 21.50 Nimm du ihn TV-Komödie, D 2019 · Mit Branko Samarovski 23.25 Südpol TV-Drama, Ö 2019 1.00 Fernsehen wie damals 1.45 Tohuwabohu 2.20 Alex Kristan: Jetlag

NITRO NITRO

15.45 Immer wieder Jim 16.35 M*A*S*H 18.25 Immer wieder Jim 19.15 Hör' mal, wer da hämmert! 20.15 Hangover 3. Komödie, USA 2013 22.25 New Police Story. Actionfilm, HK 2004

MAXX

17.40 Dragonball 18.30 One Piece: Fish-Man Island Saga 18.55 Detektiv Conan 19.20 Futurama 19.50 Family Guy 20.15 Blue Lock: The Movie – Episode Nagi. Animefilm, J 2024 TIPP 21.55 Oshi no Ko: Mein Star

WDR WDR

18.15 Doc Esser – Ich will hundert werden! (3/3) 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Regional 20.00 Tagesschau 20.15 Ford in Köln – Die Stadt und ihr Werk 21.00 Mord mit Aussicht 21.45 Aktuell 22.00 Kölner Treff

DOKU K1 DOKU

12.40 River Hunters 15.45 Das verschwundene Gold der Azteken 17.15 Wettkampf der Waffenschmiede 18.45 Pawn Stars 20.15 Giganten unter Wasser 21.50 Das Alaska Dreieck 23.15 Verborgene im Sand

one ONE

10.00 Victoria 10.50 Rote Rosen 12.25 In aller Freundschaft 13.50 Die Heiland 15.30 Victoria 17.05 Rote Rosen 18.40 Sturm der Liebe 20.15 extra 3 21.00 Johann König findet 21.45 Olafs Klub 22.30 Time

WDR ZDF NEO

10.50 Bares für Rares 12.35 Death in Paradise 14.20 The Rookie 15.45 Suits 17.05 The Rookie 18.30 Bares für Rares 20.15 Suits 21.35 Deadly Tropics 23.20 Doppelhaushälfte 23.45 Hysteria! 1.25 Blockbustaz

RTL UP

6.50 Das Jugendgericht 9.35 Blaulicht Report 12.30 Das Familiengericht 15.00 Blaulicht Report 17.40 Das Strafgericht 20.15 Der Lehrer 22.00 Ritas Welt 22.30 Rita packt aus – Fun Cut 23.00 Nikola 0.20 Der Lehrer

SIXX SIXX

8.55 Charmed 10.40 Grey's Anatomy 12.20 Hart of Dixie 13.15 Gilmore Girls 15.00 Grey's Anatomy 16.45 Charmed 18.30 Elementary 20.15 Germany's Next Topmodel 0.55 Tattoo Fixers on Holiday

MDR MDR

15.15 Gefragt – Gejagt 16.00 MDR um 4 17.45 Aktuell 18.10 Brisant 18.54 Sandmännchen 19.00 Regional 19.30 Aktuell 19.50 Elefant & Co. 20.15 Musik in den Bergen 21.45 Aktuell 22.00 Riverboat – Klassiker

NDR NDR

17.10 Seehund, Puma & Co. 18.00 Regional 18.15 Die Nordreportage 18.45 DAS! Rote Sofa 19.30 Regional 20.00 Tagesschau 20.15 die nordstory 21.15 Traumhäuser im Norden 21.45 NDR Info 22.00 NDR Talk Show

SWR SWR

14.25 Gefragt – Gejagt 15.10 Hubert ohne Staller 16.00 Regional 16.05 Kaffee oder Tee 18.00 Regional 20.00 Tagesschau 20.15 Expedition in die Heimat 21.45 Regional 22.00 Nachtfahrt 23.30 Kurzstrecke mit Pierre M. Krause

zdf info

14.55 Das war dann mal weg 18.45 Das System Mattel 19.30 Das System Action 20.15 Deutsche Bahn: Die Insider 20.55 McDonald's: Die Insider 21.40 Ikea: Die Insider 22.25 Aida: Die Insider 23.10 Lidl: Die Insider

Superbike – Australian Round

LIVE Superbikes. AUS 2025 Auf Phillip Island startet die Saison 2026. Titelträger Toprak Razgatlioglu ist in die MotoGP gewechselt, und 22 Fahrer wollen seine Nachfolge antreten. Darunter ist auch der zweifache Weltmeister **Álvaro Bautista**. Den zweiten Lauf überträgt ServusTV am Sonntag ab 5.10 Uhr. **SERVUS TV | 5.00**

The Man from Toronto ★★

Actionkomödie. USA 2022 Der ahnungslose Verkäufer Teddy (Comedian Kevin Hart) wird beim Spa-Urlaub mit dem effizientesten Auftragskiller und Folterknecht der Welt (einschlägig: **Woody Harrelson**) verwechselt, die Folgen sind für alle erwartungsgemäß explosiv. **PULS 4 | 20.15** ★★★★★ NIVEAU
★★★★ SPASS
★★★★ THRILL
★★★★ ACTION

ORF 1

9.55 **XXV. Olympische Winterspiele 2026 Mailand Cortina.** 4er Bob Herren, Freestyle Skicross Herren / 10.55 Uhr Langlauf 50 km Massenstart Herren, Freestyle Skicross Herren

14.05 **XXV. Olympische Winterspiele 2026 Mailand Cortina** Biathlon Massenstart Damen, Skibergsteigen Mixed Staffel

15.45 **XXV. Olympische Winterspiele 2026 Mailand Cortina** Eisschnellauf Massenstart, Curling Spiel um Bronze Damen

18.30 **XXV. Olympische Winterspiele 2026 Mailand Cortina**

19.00 **XXV. Olympische Winterspiele 2026 Mailand Cortina** 2er Bob Damen

20.15 **XXV. Olympische Winterspiele 2026 Mailand Cortina** Olympia Studio

20.45 **XXV. Olympische Winterspiele 2026 Mailand Cortina** 2er Bob Damen, Eishockey Spiel um Bronze Herren, Curling Finale Herren, Eiskunstlauf Schaulaufen

23.40 **Fußball Bundesliga 20. Runde**

0.10 **Fußball 2. Liga**

0.30 **Jason Bourne** Actionfilm, USA 2016 · Mit Matt Damon, Alicia Vikander, Julia Stiles. Als Informationen über den Ex-Agenten Bourne ans Licht kommen, wird er erneut zum Gejagten.

2.20 **Vienna Calling – Wer singt für Österreich?** Die Show Musikshow

4.55 **Vienna Calling – Wer singt für Österreich?** Das Voting

ORF 2

6.10 Text Aktuell **7.15** Wetter **9.05** Der Sagenjäger – Max Müller auf Spurensuche. Die salige Frau im Rosental **9.30** Meine Tochter, ihr Freund und ich. TV-Komödie, Ö/D 2012

11.00 **Faltenfrei** TV-Komödie, D 2021

12.30 **Das Paradies in der Ferne**

13.00 **ZIB**

13.15 **betrifft: uns**

13.45 **Seitenblicke Weekend**

14.00 **Um Himmels Willen**

14.50 **Die Alpenklinik – Aus heiterem Himmel** TV-Heimattfilm, D/Ö 2008

16.20 **Land und Leute**

16.45 **Prisma**

17.05 **Aktuell nach fünf**

17.30 **Bewusst Gesund**

18.00 **Bürgeranwalt**

19.00 **Bundesland heute**

19.30 **Zeit im Bild**

20.05 **Seitenblicke**

20.15 **Unter anderen Umständen** Das Mädchen ohne Namen. TV-Krimi, D 2026 **TIPP S. 4**

21.55 **Tatort** Unten. TV-Krimi, Ö 2020. Ein junges Obdachlosenpärchen findet auf einem Industriegelände einen Freund tot auf. Spuren von Crystal Meth und eine Lebensversicherungspolizze führen Eisner und Fellner auf falsche Fährten.

23.25 **Die Bären sind los – Preisverleihung und Höhepunkte der 76. Berlinale** Christian Konrad und Sandra Krieger berichten von den Höhepunkten der Berlinale.

23.40 **Tatort** Vergeltung. TV-Krimi, Ö 2010

1.10 **Die Rosenheim-Cops** Schretzmayer ist back. Krimiserie

1.55 **Die Protokollantin (1)** TV-Krimi, D 2018

3.30 **Seitenblicke**

ATV

5.00 Danni Lowinski **5.55** Danni Lowinski **6.35** MediaShop **11.15** Café Puls – Der Check **11.50** Immo Queens **12.50** Mein Gemeindebau. Doku-Soap **13.50** Ein Leben für die Schönheit. Doku

14.55 **Match in Paradise – Liebe auf den ersten Swipe?** Datedshow Singles aus Österreich und der Schweiz ziehen in ein Traumvilla auf Kreta.

16.00 **Teenager werden Mütter** Reality-Soap

17.15 **Reif für die Liebe** Doku. Im Gasthaus „Wiener Hütte“ treffen Petra und Armin auf potenzielle Partner für ein dreiminütiges Speeddate.

18.15 **Bauer sucht Frau** Datedshow

19.50 **Adiweiss.TV**

20.15 **Natürlich blond!** Komödie, USA 2001 · Mit Reese Witherspoon, Luke Wilson, Selma Blair

22.00 **Die Hochzeit meines besten Freundes** Komödie, USA 1997 · Mit Julia Roberts, Dermot Mulroney

0.05 **Save the Last Dance** Tanzfilm, USA 2001

2.05 **Step Up: All In** Tanzfilm, USA 2014

2.35 **Auf Streife** Doku-Soap

2.55 **Grüne Zukunft – Helden des Alltags**

3.00 **Die Bären sind los** Doku. Alle fünf Jahre machen die Steuerberger Jagd auf den Bären.

3.15 **Bergwelten** Der Hohe Göll im Winter. Doku

3.30 **Giganten** Haie

3.45 **Heimatbilder**

3.55 **Bares für Rares**

4.05 **Servus Nachrichten**

4.15 **Der Wegscheider**

4.25 **TM Wissen kompakt** Kalt, kälter, gesund?

4.35 **Der Garmisch-Krimi: Wolfsmond** TV-Krimi, D 2025 **TIPP S. 4**

4.45 **Der Bozen-Krimi: Weichende Erben** TV-Krimi, D 2023

4.55 **Der Bozen-Krimi: Weichende Erben** TV-Krimi, D 2023

5.05 **Die Dreisten Drei – Die Comedy WG** **5.30** Auf Streife **5.40** Die Landarztpraxis **6.55** MediaShop **11.00** Auf Streife. Doku-Soap **12.00** Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt. Reality-Soap

14.00 **Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt** Reality-Soap

14.55 **Notruf U. a.: Motorradunfall ohne Schutz / Sturz, Schmerz und Morddrohung**

16.25 **Notruf Moderation: Bärbel Schäfer**

17.00 **Notruf Moderation: Bärbel Schäfer**

17.30 **Notruf Moderation: Bärbel Schäfer**

18.00 **Das 1. Quiz – Wie clever ist Deutschland?**

20.00 **Sat.1 Österreich Aktuell**

20.15 **The Voice Kids** Castingshow. Moderation: Melissa Khalaj

22.25 **Hast du Töne?** Quizshow. Moderation: Matthias Opdenhövel

1.00 **Hits! Hits! Hits! – Die Erfolgsformeln der Musikmacher** Doku

1.55 **The Voice Kids** Castingshow. Moderation: Melissa Khalaj

PULS 4

5.30 Auf Streife **6.10** MediaShop **12.10** Café Puls – Der Check **12.40** GO! **13.10** Karate Kid. Actionfilm, USA 2010. Dre erlernt von Hausmeister Han die hohe Kunst des Kung-Fu.

15.40 **Roadtrip Australien – Drei Spitzenköche auf vier Rädern** Wale, Pannen und Surfer Show

17.30 **The Big Bang Theory** Die Prominenten-Peinlichkeit / Das Menschen-Frosch-Problem Sitcom

18.20 **Two and a Half Men** Ein-Ei-Johnson / Willkommen auf Alancrest / Das Leben ist kein Musical / Wer hat in meinen Busch gepinkelt? Sitcom

20.15 **The Man from Toronto** Actionkomödie, USA 2022 **TIPP**

22.25 **The Suicide Squad** Actionfilm, USA 2021 · Mit John Cena, Margot Robbie, Idris Elba

1.00 **Lager Cake** Thriller, GB 2004 · Mit Daniel Craig, Tom Hardy, Jamie Foreman

2.35 **Auf Streife** Doku-Soap

2.55 **Grüne Zukunft – Helden des Alltags**

3.00 **Die Bären sind los** Doku. Alle fünf Jahre machen die Steuerberger Jagd auf den Bären.

3.15 **Bergwelten** Der Hohe Göll im Winter. Doku

3.30 **Giganten** Haie

3.45 **Heimatbilder**

3.55 **Bares für Rares**

4.05 **Servus Nachrichten**

4.15 **Der Wegscheider**

4.25 **TM Wissen kompakt** Kalt, kälter, gesund?

4.35 **Der Garmisch-Krimi: Wolfsmond** TV-Krimi, D 2025 **TIPP S. 4**

4.45 **Der Bozen-Krimi: Weichende Erben** TV-Krimi, D 2023

4.55 **Der Bozen-Krimi: Weichende Erben** TV-Krimi, D 2023

5.05 **Die Dreisten Drei – Die Comedy WG** **5.30** Auf Streife **5.40** Die Landarztpraxis **6.55** MediaShop **11.00** Auf Streife. Doku-Soap **12.00** Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt. Reality-Soap

14.00 **Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt** Reality-Soap

14.55 **Notruf U. a.: Motorradunfall ohne Schutz / Sturz, Schmerz und Morddrohung**

16.25 **Notruf Moderation: Bärbel Schäfer**

17.00 **Notruf Moderation: Bärbel Schäfer**

17.30 **Notruf Moderation: Bärbel Schäfer**

18.00 **Das 1. Quiz – Wie clever ist Deutschland?**

20.00 **Sat.1 Österreich Aktuell**

20.15 **The Voice Kids** Castingshow. Moderation: Melissa Khalaj

22.25 **Hast du Töne?** Quizshow. Moderation: Matthias Opdenhövel

1.00 **Hits! Hits! Hits! – Die Erfolgsformeln der Musikmacher** Doku

1.55 **The Voice Kids** Castingshow. Moderation: Melissa Khalaj

SERVUS TV

5.00 **Superbike – Australian Round** **7.00** Das Wetterpanorama bei ServusTV **9.15** Ancient Aliens **10.00** Die Erde **11.00** Megabauten **11.50** Man vs. Time. Plastikbehälter. Doku

12.45 **Superbike – Australian Round U. a.:** Vorbericht / Zwischenbericht / Rennen 1 / Nachbericht

14.50 **Die Bären sind los** Doku. Alle fünf Jahre machen die Steuerberger Jagd auf den Bären.

15.45 **Bergwelten** Der Hohe Göll im Winter. Doku

16.50 **Giganten** Haie

17.50 **Heimatbilder**

18.10 **Bares für Rares**

19.20 **Servus Nachrichten**

19.26 **Der Wegscheider**

19.40 **TM Wissen kompakt** Kalt, kälter, gesund?

20.15 **Der Garmisch-Krimi: Wolfsmond** TV-Krimi, D 2025 **TIPP S. 4**

22.00 **Der Bozen-Krimi: Weichende Erben** TV-Krimi, D 2023

23.45 **Der Garmisch-Krimi: Wolfsmond** TV-Krimi, D 2025

1.25 **Der Bozen-Krimi: Weichende Erben** TV-Krimi, D 2023

2.55 **Grüne Zukunft – Helden des Alltags**

3.00 **Die Bären sind los** Doku. Alle fünf Jahre machen die Steuerberger Jagd auf den Bären.

3.15 **Bergwelten** Der Hohe Göll im Winter. Doku

3.30 **Giganten** Haie

3.45 **Heimatbilder**

3.55 **Bares für Rares**

4.05 **Servus Nachrichten**

4.15 **Der Wegscheider**

4.25 **TM Wissen kompakt** Kalt, kälter, gesund?

4.35 **Der Garmisch-Krimi: Wolfsmond** TV-Krimi, D 2025 **TIPP S. 4**

4.45 **Der Bozen-Krimi: Weichende Erben** TV-Krimi, D 2023

4.55 **Der Bozen-Krimi: Weichende Erben** TV-Krimi, D 2023

5.05 **Die Dreisten Drei – Die Comedy WG** **5.30** Auf Streife **5.40** Die Landarztpraxis **6.55** MediaShop **11.00** Auf Streife. Doku-Soap **12.00** Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt. Reality-Soap

14.00 **Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt** Reality-Soap

14.55 **Notruf U. a.: Motorradunfall ohne Schutz / Sturz, Schmerz und Morddrohung**

16.25 **Notruf Moderation: Bärbel Schäfer**

17.00 **Notruf Moderation: Bärbel Schäfer**

17.30 **Notruf Moderation: Bärbel Schäfer**

18.00 **Das 1. Quiz – Wie clever ist Deutschland?**

20.00 **Sat.1 Österreich Aktuell**

20.15 **The Voice Kids** Castingshow. Moderation: Melissa Khalaj

22.25 **Hast du Töne?** Quizshow. Moderation: Matthias Opdenhövel

1.00 **Hits! Hits! Hits! – Die Erfolgsformeln der Musikmacher** Doku

1.55 **The Voice Kids** Castingshow. Moderation: Melissa Khalaj

SAT.1

5.05 Die Dreisten Drei – Die Comedy WG **5.30** Auf Streife **5.40** Die Landarztpraxis **6.55** MediaShop **11.00** Auf Streife. Doku-Soap **12.00** Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt. Reality-Soap

14.00 **Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt** Reality-Soap

14.55 **Notruf U. a.:** Motorradunfall ohne Schutz / Sturz, Schmerz und Morddrohung

16.25 **Notruf Moderation: Bärbel Schäfer**

17.00 **Notruf Moderation: Bärbel Schäfer**

17.30 **Notruf Moderation: Bärbel Schäfer**

18.00 **Das 1. Quiz – Wie clever ist Deutschland?**

20.00 **Sat.1 Österreich Aktuell**

20.15 **The Voice Kids** Castingshow. Moderation: Melissa Khalaj

22.25 **Hast du Töne?** Quizshow. Moderation: Matthias Opdenhövel

1.00 **Hits! Hits! Hits! – Die Erfolgsformeln der Musikmacher** Doku

1.55 **The Voice Kids** Castingshow. Moderation: Melissa Khalaj

KIKI KIKI

15.45 Robin Hood **16.30** Nils Holgersson **17.05** Klincus **17.50** Wickie **18.10** Grisus **18.35** Die Werkel-Ferkel **18.50** Sandmännchen **19.00** Die Borger **19.25** Checker Tobi **19.50** logo! **20.00** KIKI Live **20.10** Spellbound

DISNEY

18.05 Miraculous **18.50** Gnomeo und Julia. Animationsfilm, GB/USA 2011 **20.15** Findet Nemo. Animationsfilm, AUS/USA 2003 **22.10** Die Jagd zum magischen Berg. Abenteuerfilm, USA 2009

SUPER RTL

17.55 ALVINNN!!! **18.55** Voll zu spät! **19.45** Die Thundermans **20.15** Ich – Einfach unverwundbar **2.1** Animationsfilm, USA 2013 **22.05** Während Du schliefst. Liebeskomödie, USA 1995

TELE 5

5.15 Expedition Unknown **6.00** Hour of Power **7.00** Informercial **13.35** King of Queens **16.25** Star Trek – Enterprise **20.15** Camelot **22.20** Hercules und der flammende Ring. TV-Abenteuerfilm, USA/NZ 1994

Stralsund Jetzt komm ich!



NEU TV-Krimi. D 2025 Bauunternehmer Detlev Schulte (sehenswert durchgeknallt: Martin Brambach) hat die Schnauze voll: Jahre haben andere von seiner Arbeit profitiert, jetzt wurde er bei seinem Herzensprojekt über den Tisch gezogen und ist selbst in die Insolvenz geschlittert. Schulte startet einen Rachefeldzug. **ZDF | 20.15**

Baumeister der Republik Victor Adler



NEU Doku. Ö 2026 Victor Adler war der Begründer der Sozialdemokratischen Arbeiterpartei Österreichs. Die Doku zeigt, wie der jüdische Arzt großbürgerlicher Herkunft zum wichtigsten Fürsprecher der Arbeiterschaft in der Habsburgermonarchie wurde. Im Anschluss läuft eine weitere Folge zu Ignaz Seipel. **ORF III | 20.15**

RTL

12.45 Barbara Salesch **14.45** Ulrich Wetzell **17.45** Ulrich Wetzell – Der Ermittlungsrichter **18.15** Exklusiv am Samstag **18.45** Aktuell **19.05** Life – Menschen, Momente, Geschichten

PRO 7

5.35 Call Me Kat **5.55** Die Goldbergs **6.45** taff **7.40** Galileo **8.40** United States of AI **11.35** Die Goldbergs **12.30** 2 Broke Girls **15.15** Die Simpsons **18.10** Aktuell **18.20** Die Simpsons

VOX

5.45 CSI: NY **6.30** Criminal Intent – Verbrechen im Visier **11.50** Shopping Queen **16.50** Der Hundeprofi – Rütters Team **17.55** hundkatzenmaus **19.10** Harte Hunde – Die Urlaubsvertretung

KABEL 1

5.15 Abenteuer Leben **5.25** MacGyver. Actionserie **6.10** The Mentalist. Krimiserie **10.45** Castle U. a.: Im Rampenlicht / Dressed to Kill **15.30** Navy CIS. U. a.: Unschuldig / Blutsbrüder

Das Erste ARD

16.45 Sportschau: Olympische Winterspiele Mailand Cortina 2026 · Curling / ca. 17.00 Eisschnelllauf / ca. 19.00 Zweierbob (3. Lauf Frauen) / Curling (Finale Männer) **20.00** Tagesschau

ZDF ZDF

15.15 Bares für Rares **16.10** Die Rosenheim-Cops **17.05** Länderspiegel **17.35** Du kommst hier nicht rein **18.05** SOKO München. Recht und Gerechtigkeit **19.00** heute **19.25** Die Bergretter

20.15 **LIVE** **2. Bundesliga-Topspiel: FC Schalke 04 – 1. FC Magdeburg**
23.00 Mario Barth live! Männer sind nichts ohne die Frauen Comedyshow
1.15 Özcan Cosar live! Old School – Die Zukunft kann warten
2.55 Mario Barth live! Männer sind nichts ohne die Frauen

20.15 ******* **Meg Actionfilm, USA/RC 2018 · Mit Jason Statham, Rainn Wilson, Li Bingbing**
22.35 ******* **Safe – Todsicher Actionfilm, USA 2012 · Mit Jason Statham, Catherine Chan**
0.25 ******* **Meg Actionfilm, USA/RC 2018**
2.20 **Die Quatsch Comedy Show**

20.15 ******* **Stirb langsam 4.0 Actionfilm, USA/GB 2007 · Mit Bruce Willis, Justin Long, Timothy Olyphant**
22.50 ****** **Death Wish Actionfilm, USA 2018 · Mit Bruce Willis, Vincent D'Onofrio, Elisabeth Shue**
0.55 **Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin**

20.15 ******* **FBI: Special Crime Unit Heldenreise / Blind vor Liebe Krimiserie**
22.15 ******* **FBI: Most Wanted Der weiße Büffel / Auf eigene Faust Krimiserie**
0.10 **Hawaii Five-0 Vendetta. Krimiserie**
1.05 **FBI: Special Crime Unit Heldenreise / Blind vor Liebe Krimiserie**

20.15 **LIVE** **Sportschau: Olympische Winterspiele Mailand Cortina 2026 Moderation: Stephanie Müller-Spirra · Freestyle Halfpipe / ca. 20.40 Eishockey / ca. 21.05 Zweierbob / ca. 21.50 Eiskunstlauf**
23.00 **Tagesthemen**
23.25 **Bericht vom Parteitag der CDU**

20.15 ******* **Stralsund Jetzt komm ich! TV-Krimi, D 2025 TIPP**
21.45 ******* **heute journal**
22.00 ******* **Der Staatsanwalt Erfolgreich, glücklich, tot**
23.00 ******* **das aktuelle sportstudio**
0.40 **Bericht vom Parteitag der CDU**
0.55 ******* **heute-show**
1.25 ******* **Hell Thriller, CH/D 2011**

RTL ZWEI

5.15 X-Factor **6.00** Infomercial **8.00** Die Wollnys **10.15** Zuhause im Glück **16.15** Bella Italia **18.15** Die Geissens
20.15 ******* **3 Days To Kill Actionfilm, F/USA 2013 · Mit Kevin Costner, Amber Heard, Hailee Steinfeld**
22.30 ******* **Projekt: Peacemaker Actionfilm, USA 1997 · Mit George Clooney, Nicole Kidman, Armin Mueller-Stahl**
1.05 ******* **The Punisher Actionfilm, USA/D 2004**

GOLD SAT1 GOLD

7.55 Infomercials **9.55** Richterlin Barbara Salesch **11.30** Richter Alexander Hold **13.20** Mord ist ihr Hobby
20.15 **Vera – Ein ganz spezieller Fall Taxi in den Tod TV-Krimi, GB 2018 · Mit Brenda Blethyn, Jon Morrison**
22.05 **Vera – Ein ganz spezieller Fall Ein Zuhause TV-Krimi, GB 2018**
23.55 **Vera – Ein ganz spezieller Fall Taxi in den Tod TV-Krimi, GB 2018**

BR BAYERN

17.45 Zwischen Spessart und Karwendel **18.30** BR24 **18.45** ARD Wissen **19.30** Kunst + Krepel **20.00** Tagesschau
20.15 ******* **Andreas Hofer – Die Freiheit des Adlers TV-Kriegsdrama, D/Ö 2002 · Mit Tobias Moretti, Ottfried Fischer, Martina Gedeck**
22.10 ******* **Gipfelsturm TV-Drama, D 2007**
23.40 ******* **Die Posthalter-Christi TV-Heimattfilm, D 2010**
1.05 ******* **Für immer 30 TV-Komödie, D 2011**

arte ARTE

17.25 Arte Reportage **18.20** Mit offenen Karten **18.35** Träume aus Stoff **19.20** Arte Journal **19.40** 360° Reportage
20.15 ******* **Apollo 1 – Die wahre Geschichte Dok.-Film, D/GB/USA 2024**
21.45 **Artemis II – Zum Mond und weiter**
22.40 ******* **Die Eroberung des Mondes U. a.: „Wir haben den Mond als Ziel gewählt...“ / „... nicht, weil es leicht zu erreichen ist...“**
4.00 ******* **28 Minuten**

sat 3SAT

19.00 heute **19.20** Das Geheimnis der Meister: Maria Sibylla Merian **20.00** Tagesschau
20.15 ******* **Frontmen – Die größten Rockstars aller Zeiten: Bruce Dickinson – Iron Maiden**
21.40 ******* **Meister der Apokalypse – Roland Emmerich**
22.45 ******* **Kaminer Inside: Filmstadt Babelsberg**
23.20 **Eden für jeden TV-Komödie, CH 2020**
0.50 **Berlinale-Studio**

ORF III ORF III

16.55 ******* **Kommissarin Seiler ermittelt. TV-Krimi, D 2003**
18.35 ******* **Kommissarin Seiler ermittelt. TV-Krimi, D 2005**
20.15 ******* **Baumeister der Republik Victor Adler / Ignaz Seipel TIPP**
21.55 ******* **Kampf um Österreich – Februar 1934: Ausbruch der Gewalt**
22.50 ******* **Der Traum von Europa – Das Leben des Richard Coudenhove-Kalergi**
23.40 ******* **Alex Kristan: Jetlag Luis aus Südtirol – Die besten Momente**

NITRO NITRO

5.05 Der Sechs Millionen Dollar Mann **10.05** Stargate Kommando SG-1 **12.30** Die Tuning Profis **13.25** The Grand Tour **15.40** Miniatur Wunderland XXL **18.20** Die Tuning Profis **20.15** Akte Mord **22.00** First 48

MAXX

14.50 ******* **ran Rugby: Six Nations 2026 England – Irland**
17.15 ******* **ran Rugby: Six Nations 2026 Wales – Schottland**
19.50 ******* **ran Rugby: Europe Championship 2026 Belgien – Deutschland**
22.00 **SmackDown**

WDR WDR

17.45 Einfach und köstlich **18.15** WestArt **18.45** Aktuelle Stunde **19.30** Lokalzeit **20.00** Tagesschau **20.15** „Mensch Hirschhausen!“ **21.45** Johann König findet **23.15** Bernd Stelter: Hurra, ab Montag ist wieder Wochenende

DOKU K1 DOKU

12.20 Giganten unter Wasser **13.55** Australian Gold **15.35** Expedition Unknown **17.10** Unklärliche Phänomene **18.40** Die größten Gefängnisausbrüche **21.50** Verborgene im Sand **23.25** Expedition Unknown

one ONE

18.45 Wieder im Amt – Der Job seines Lebens 2. TV-Komödie, D 2004 **20.15** ******* **Wir wollten aufs Meer. Drama, D 2012**
22.00 ******* **Amerikanische Fiktion. Tragikomödie, USA 2023**
TIPP S. 5 **23.50** Time

WIE ZDF NEO

18.20 Die glorreichen 10 **19.50** Sketch History **20.15** ******* **Down with Love. Liebeskomödie, USA/D 2003**
21.45 ******* **Die nackte Wahrheit. Liebeskomödie, USA 2009**
23.15 ******* **Das ist das Ende. Komödie, USA 2013**

RTL UP

14.10 Das Strafgericht **16.45** Quincy **18.30** Columbo: Stirb für mich. TV-Krimi, USA 1973 **20.15** Columbo: Ein gründlich motivierter Tod. TV-Krimi, USA 1973 **21.40** Columbo: Stirb für mich. TV-Krimi, USA 1973

SIXX SIXX

13.15 Einfach kochen mit Mary **14.05** Gordon Ramsay **15.50** Das große Promibacken **18.20** Celebrity DIY: Stars packen an **19.15** Road to Miss Germany Presented by Cupra **20.15** Das große Promibacken **22.55** Verpfuscht

MDR MDR

18.00 Heute im Osten **18.15** Unterwegs in Thüringen **18.54** Sandmännchen **19.00** Regional **19.30** Aktuell **19.50** Unser Dorf hat Wochenende **20.15** Schlager-Spaß mit Andy Borg **22.15** Alles Gute, Thomas Anders!

NDR NDR

18.00 Nordtour **18.45** DAS! Rote Sofa **19.30** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Happy Birthday – Unsere Musikboxkassette wird 60! **21.45** Happy Birthday Babyboomer! **23.15** Club-Legenden **23.45** Smokie, Chris & Friends

SWR SWR

15.15 Die Ernährungs-Docs **16.00** Die Auswanderer **17.30** Sag die Wahrheit **18.00** Regional **18.15** Flohmarkt **18.45** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Schlager-Spaß mit Andy Borg **22.20** Winterhits im Schnee

zdf info

18.00 Libyens Gaddafi **18.45** Putin **19.30** Putins Afrika-Deals **20.15** Putins Schattenarmee **21.15** Gold für Putin **21.55** Terra X History: Putins Blutsur **0.10** 2000 Meter bis Andriiwa. Dok.-Film, GB 2025

XXV. Olympische Winterspiele 2026

LIVE Olympia. / 2026 „Die Schlussfeier“. Im geschichtsträchtigen Amphitheater von Verona erhalten die Winterspiele ihren krönenden Abschluss. Unter dem Motto „Beauty in Action“ wird die Schönheit von Bewegung zelebriert. Ein Höhepunkt ist der Auftritt des weltbekannten Tänzers Roberto Bolle. **ORF 1 & ZDF | 20.15**

ORF 1

9.30 **XXV. Olympische Winterspiele 2026.** Olympia Studio **9.55** **XXV. Olympische Winterspiele 2026.** Langlauf 50 km Massenstart Damen, 4er Bob Herren **13.30** Sport-Bild

14.10 **XXV. Olympische Winterspiele 2026** Eishockey Finale Herren, Curling Finale Damen

17.00 **XXV. Olympische Winterspiele 2026** Olympia Studio

18.05 **Skilegenden** Dokumentation Marlies und Benjamin Raich

18.50 **XXV. Olympische Winterspiele 2026** Highlights

19.15 **00 Fußball Bundesliga** 20. Runde

19.56 **ZIB Flash**
20.02 **ZIB Magazin Kino**

20.15 **XXV. Olympische Winterspiele 2026** Die Schlussfeier **TIPP**

23.20 **00 Alexander** Monumentalfilm, D/USA/NL/F/GB/I 2004 · Mit Colin Farrell, Anthony Hopkins, Angelina Jolie Alexander ist erst 20 Jahre alt, als er zum König Makedoniens ernannt wird. Nichtsdestotrotz glaubt er an sich und die Prophezeiung seiner Mutter, dass er für etwas Großes bestimmt sei. Er will Länder erobern, was ihm nicht nur Ruhm einbringt.

2.00 **Kampf der Titanen** Fantasyfilm, USA 2010 · Mit Sam Worthington, Gemma Arterton, Mads Mikkelsen

3.35 **Jason Bourne** Actionfilm, USA 2016 · Mit Matt Damon, Alicia Vikander, Julia Stiles

ORF 2

9.05 Nikolaus Harnoncourt **9.50** Friedrich Cerha – So möchte ich auch fliegen können **10.35** ORF Musikjahr 2025 **10.45** Die Kulturwoche **11.05** Pressestunde **12.00** Hohes Haus. Doku

12.30 **kreuz & quer nah dran**

13.00 **ZIB**

13.20 **76. Berlinale**

13.35 **Wir**

14.05 **Aufgetischt**

14.30 **Rosamunde Pilcher: Rose von Kerry**

16.00 **Wege der Genüsse**

16.30 **Erlebnis Österreich**

17.05 **Aktuell nach fünf**

17.30 **Entdeckungsreise**

17.55 **Der Sagenjäger**

18.25 **Österreich-Bild**

19.00 **Sport Aktuell**

19.17 **Lotto**

19.30 **Zeit im Bild**

19.56 **Sport Aktuell**

20.05 **Seitenblicke**

20.15 **00 Tatort**

21.50 **ZIB 2**

22.10 **Das Gespräch mit Susanne Schnabl**

23.05 **Miss-represented – Das Frauenbild im italienischen Fernsehen**

0.00 **Nikolaus Harnoncourt – Die Musik meines Lebens**

0.45 **Friedrich Cerha – So möchte ich auch fliegen können**

1.30 **Embrace Culture – ORF Musikjahr 2025**

1.40 **Die Kulturwoche**

1.55 **Geheimsache Kopernikus – Triumph der Wissenschaft**

ATV ATV

5.20 Danni Lowinski. Schön für einen Tag. Anwaltsserie **6.05** Single Parents. Garn und Marmor. Comedyserie **6.45** MediaShop **11.20** *** Can a Song Save Your Life? Liebeskomödie, USA 2013

13.25 **Step Up: All In** Tanzfilm, USA 2014 · Mit Ryan Guzman, Briana Evigan, Adam G. Sevani

15.35 **Die Hochzeit meines besten Freundes** Komödie, USA 1997 · Mit Julia Roberts, Dermot Mulroney, Cameron Diaz

17.40 **Natürlich blond!** Komödie, USA 2001 · Mit Reese Witherspoon, Luke Wilson, Selma Blair, Jennifer Coolidge. Regie: Robert Luketic

19.45 **Heinzl und die VIPs – Weekend**

20.15 **Hard Powder** Actionfilm, CDN/F/USA 2019 · Mit Liam Neeson, Laura Dern, Emmy Rossum

22.30 **Southpaw** Drama, USA 2015 · Mit Jake Gyllenhaal

1.00 **Hard Powder** Actionfilm, CDN/F/USA 2019

2.45 **Southpaw** Drama, USA 2015

ATV II ATV2

11.25 **Geküsst wird vor Gericht.** TV-Komödie, D 2006 **13.10** **Entdecke die Mandy in dir.** TV-Komödie, D 2018 **15.00** Navy CIS: New Orleans **17.30** Navy CIS: L.A. **20.15** Navy CIS **21.10** Bones **3.30** Navy CIS

ORF SPORT +

6.00 Olympic News **10.55** **Faustball Final Damen** **12.30** Olympic News Channel **12.55** **Faustball Final Herren** **14.30** **Fußball Frauen.** Austria Wien – Südburgenland/Hartberg. **16.30** Olympic News **0.00** **Fußball 2. Liga**

Jurassic World: Ein neues Zeitalter ★★

Actionfilm. USA '22 Mensch und Dinosaurier koexistieren inzwischen. Claire (Bryce Dallas Howard) und Owen (Chris Pratt) ziehen heimlich Maisie Lockwood (Isabella Sermon) groß. Als der Welt erster Klon wird sie von BioSyn entführt. Exkollege Malcolm (Jeff Goldblum) unterstützt sie beim Fluchtversuch. **SAT.1 | 20.15** ★★★★★ NIVEAU ★★★★★ SPASS ★★★★★ THRILL ★★★★★ ACTION

PULS 4 PULS 4

5.30 Auf Streife **6.15** Knalterfrauen **6.35** Knalterfrauen **7.00** Café Puls **12.00** Café Puls – Der Check **12.30** Knalterfrauen **13.25** The Big Bang Theory. Der Fortpflanzungsvorschlag. Sitcom

13.50 **The Big Bang Theory** U. a.: Der Nobelpreis-Diebstahlversuch **14.40** **2 Minuten 2 Millionen – Die Puls 4 Start-Up Show**

Jury: Alexander Schütz, Katharina Schneider, Eveline Steinberger, Mathias Muther, Christian Jäger

16.40 **The Big Bang Theory** U. a.: Die Nobelpreisträger-Beleidigung

18.20 **Two and a Half Men** U. a.: Das Leben ist kein Musical

20.15 **Roadtrip Australien: Drei Spitzenköche auf vier Rädern** Show

22.15 **Very Good For Hollywood Reportage**

23.15 **Roadtrip Australien: Drei Spitzenköche auf vier Rädern** Show

1.05 **Very Good For Hollywood Reportage**

1.55 **Auf Streife** Doku-Soap

PULS 24

7.00 Café Puls **10.00** Heinzl und die VIPs – Weekend **10.30** Die Reportage **18.10** 24 Stunden – Leben auf der Autobahn **20.15** Österreichs schockierendste Verbrechen **22.10** Ungelöst – Cold Case Austria **0.05** Sex & Crime

phoenix

14.45 Städte im Feuersturm **15.30** Am nuklearen Abgrund **16.15** Tödliche Drohnen **17.00** Legende Pharaonen **20.00** Tagesschau **20.15** Legende Pharaonen **21.00** Der Fall Tutanchamun **23.15** phoenix satire

SERVUS TV

8.55 Gottesdienst am Sonntag **10.00** Hoagasch. latz klumperets – Imster Fasnacht **10.25** Zeitlos – Schule des Lebens. Skitourerfit mit der Bergrettung **10.55** Bergwelten. Der Hohe Göll

11.55 **UEFA Europa League Magazin** Episode 13

13.00 **Superbike – Australian Round** Superpole-Race

14.55 **Heimatleuchten**

15.55 **Terra Mater – Wildes Kanada**

17.00 **TM Wissen kompakt**

17.35 **Servus Kinder**

18.10 **Heimatleuchten** Kärntens wilder Süden – sauguat!

19.20 **Servus Nachrichten**

19.35 **Auf den Punkt gebracht – Der Pragmaticus**

19.45 **Hoagasch** Zinnknopf trifft Holztascherl

20.15 **Hier lässt sich's leben** Zwischen Zinnen, Zelt und Zuflucht

21.50 **Der Wegscheider**

22.00 **Links. Rechts. Mitte: Duell der Meinungsmacher**

23.00 **TM Wissen**

0.00 **Naturgewalten – Wie alles zusammenhängt**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.15 **0.00** **Naturgewalten – Wie alles zusammenhängt**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

1.00 **Hier lässt sich's leben**

SAT.1

5.20 Auf Streife – Die Spezialisten. Doku-Soap **5.40** Auf Streife – Berlin. Doku-Soap **6.35** Auf Streife. Doku-Soap **7.00** Café Puls **10.00** Café Puls der Check **10.30** Klinik am Südring. Doku-Soap

11.00 **Klinik am Südring** Doku-Soap

11.50 **H&M, Primark, C&A & Co. – Der Modeketten-Check!**

14.15 **Action, Tedi, Woolworth – Der Schnäppchenmarkt-Check!**

16.20 **Kuchen oder Chaos – Das Backbatter der Reality-Stars** Realityshow

17.20 **Die große Promibacken Show.** Jury: Bettina Schliephake-Burchardt, Christian Hübs

20.05 **Heinzl und die VIPs**

20.15 **Jurassic World: Ein neues Zeitalter** Actionfilm, USA 2022 **TIPP**

23.10 **Die Mumie Fantasyfilm, USA 2017 · Mit Tom Cruise, Sofia Boutella, Annabelle Wallis**

1.15 **0.00** **Operation: Kingdom** Actionfilm, USA/D 2007 · Mit Jamie Foxx, Chris Cooper

1.15 **0.00** **Operation: Kingdom** Actionfilm, USA/D 2007 · Mit Jamie Foxx, Chris Cooper

1.15 **0.00** **Operation: Kingdom** Actionfilm, USA/D 2007 · Mit Jamie Foxx, Chris Cooper

1.15 **0.00** **Operation: Kingdom** Actionfilm, USA/D 2007 · Mit Jamie Foxx, Chris Cooper

1.15 **0.00** **Operation: Kingdom** Actionfilm, USA/D 2007 · Mit Jamie Foxx, Chris Cooper

1.15 **0.00** **Operation: Kingdom** Actionfilm, USA/D 2007 · Mit Jamie Foxx, Chris Cooper

1.15 **0.00** **Operation: Kingdom** Actionfilm, USA/D 2007 · Mit Jamie Foxx, Chris Cooper

1.15 **0.00** **Operation: Kingdom** Actionfilm, USA/D 2007 · Mit Jamie Foxx, Chris Cooper

1.15 **0.00** **Operation: Kingdom** Actionfilm, USA/D 2007 · Mit Jamie Foxx, Chris Cooper

1.15 **0.00** **Operation: Kingdom** Actionfilm, USA/D 2007 · Mit Jamie Foxx, Chris Cooper

1.15 **0.00** **Operation: Kingdom** Actionfilm, USA/D 2007 · Mit Jamie Foxx, Chris Cooper

1.15 **0.00** **Operation: Kingdom** Actionfilm, USA/D 2007 · Mit Jamie Foxx, Chris Cooper

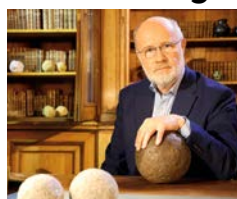
1.15 **0.00** **Operation: Kingdom** Actionfilm, USA/D 2007 · Mit Jamie Foxx, Chris Cooper

On & Off the Catwalk by Heidi Klum



NEU Doku-Soap. D 2026 So nah dran wie noch nie: Die zweiteilige Doku-Soap begleitet Heidi Klum sowie ihre Kinder Leni und Henry rund um den Globus bei aufregenden Jobs im Modelbusiness. Neben dem spannenden Arbeitsalltag erhascht man auch einen Einblick in das Privatleben der Klum-Familie. **PRO 7 & JOYN | 20.15**

Terra X: Ungelöste Fälle der Archäologie



NEU Doku. D 2026 „Geheimnisvolle Kugeln“. Kugeln sind allgegenwärtig und finden sich in Kulturen weltweit. Kreisrunde Gebilde werden für die unterschiedlichsten Zwecke eingesetzt. Harald Lesch erkundet die Funktionen der wahrscheinlich weit verbreitetsten geometrischen Form in Europa und Mesoamerika. **ZDF | 19.30**

RTL

5.45 Der Blaulicht Report
11.45 Die Beet-Brüder **13.45** Die Beet-Brüder **15.45** Die Beet-Brüder **17.45** Exklusiv – Weekend **18.45** Aktuell **19.05** Die Unvermittelbaren – Mit Martin Rütter

20.15 **Ich bin ein Star – Holt mich hier raus!** Das Nachspiel Realityshow Moderation: Jan Köppen, Sonja Zietlow
23.00 **stern TV am Sonntag** Moderation: Mareile Höpner, Stefan Uhl
0.30 **Ich bin ein Star – Holt mich hier raus!** Das Nachspiel Realityshow

RTL ZWEI

7.30 Die Fernsehkanzel **9.00** X-Factor: Das Unfassbare **13.10** Hartz Rot Gold **18.15** Grip

20.15 **Wir sind die Millers** Komödie, USA 2013 · Mit Jason Sudeikis, Jennifer Aniston
22.25 **Olympus Has Fallen** Actionfilm, USA 2013 · Mit Gerard Butler
0.40 **3 Days To Kill** Actionfilm, F/USA 2013 · Mit Kevin Costner
2.45 **Wir sind die Millers** Komödie, USA 2013

NITRO NITRO

5.25 Der Sechs Millionen Dollar Mann **11.20** Stargate Kommando SG-1 **13.45** Die Tuning Profis **15.35** Top Gear **18.35** CSI: New York **20.15** CSI: Miami **22.05** CSI: Krimiserie **23.55** CSI: New York **1.35** CSI: Miami

RTL UP

5.05 Das Jugendgericht **8.05** Der Doktor und das liebe Vieh **10.00** Quincy **11.45** Das Familiengericht **15.55** Das Strafgericht **20.15** Alarm für Cobra 11 **2.10** Teleshopping **3.10** Staatsanwalt Posch ermittelt

PRO 7

6.50 Hausweltskost **7.00** Café Puls **10.00** Café Puls – Der Check **10.25** Galileo 360° Ranking XXL **16.25** taff weekend **17.45** Aktuell **17.55** Galileo Stories **19.05** Galileo X-Plorer: Zoom in

20.15 **On & Off the Catwalk by Heidi Klum** Doku-Soap **TIPP**
22.30 **John Wick** Actionfilm, USA 2014 · Mit Keanu Reeves, Willem Dafoe
0.25 **Safe – Todsicher** Actionfilm, USA 2012
2.00 **Within These Walls** TV-Thriller, CDN 2020

GOLD SAT1 GOLD

12.05 Richter Alexander Hold **14.45** Im Namen der Gerechtigkeit **16.20** Die Ruhrpottwache **18.05** K 11

20.15 **Criminal Minds** U. a.: Libertad / Für immer jung / Miss 45. Krimiserie Mit Joe Mantegna, Shemar Moore
1.05 **Instinct – Auf Mörderjagd** Krimiserie
1.45 **Killers on Camera – Auf frischer Tat ertappt**
3.15 **Dr. G – Beruf: Gerichtsmedizinerin**

MAXX

5.40 In Teufels Küche **11.05** LKW-Bergung extrem **15.50** ran Rugby: Six Nations 2026 Frankreich – Italien **18.10** Salvage Kings – Demolieren und kassieren **23.10** Border Patrol USA – Einsatz an Mexikos Grenze

SIXX SIXX

15.35 Cesar Millan: Bessere Menschen, bessere Hunde **17.25** Der Super-Doc **20.15** **Sisters** Komödie, USA 2015 **22.30** **Zu scharf, um wahr zu sein** Romanze, USA 2010 **0.40** **Sisters** Komödie, USA 2015

VOX VOX

5.30 Teleshopping **6.10** Criminal Intent – Verbrechen im Visier **15.00** **Wo die Lüge hinfällt** Liebeskomödie, USA 2023 **17.00** auto mobil – Das Vox Automagazin **18.10** Ab in die Ruine!

20.15 **Kitchen Impossible** Tim Mälzer vs. Tim Raue. Kochshow Im Steinen auf Sardinien muss sich Tim Raue dem Feuermachen stellen. Tim Mälzer muss sich mit mittelalterlichen Gegebenheiten arrangieren.
23.45 **Hot oder Schrott – Die Altestester**
0.45 **Medical Detectives**

BR BAYERN

17.45 Regional **18.30** BR24 **18.45** Bergauf-Bergab **19.15** Unter unserem Himmel **20.00** Tagesschau

20.15 **Musik in den Bergen** Mit Dominik Glöbl unterwegs in der Fränkischen Schweiz
21.45 **Blickpunkt Sport** Mit der Bundesliga-Sportschau
23.10 **Auf bairisch g'lacht!** Sketchshow
23.55 **Puls Reportage**
0.20 **Andreas Hofer – Die Freiheit des Adlers** TV-Kriegsdrama, D/Ö 2002

WDR WDR

18.45 Aktuelle Stunde **19.30** Westpol **20.00** Tagesschau **20.15** Wunderschön! **21.45** Sportschau Bundesliga am Sonntag **22.10** Zeiglers wunderbare Welt des Fußballs **22.45** WaPo Duisburg **0.20** WaPo Bodensee

MDR MDR

19.00 Regional **19.30** Aktuell **19.50** Kripo live **20.15** Ein Abend für Jaecik Schwarz **21.45** Aktuell **22.00** Sportschau **22.25** Nice Ladies **23.55** Stimmen aus dem Krieg – Ukraine 2022. Doku-Film, D/F 2023

KABEL 1

5.25 MacGyver. Actionserie **6.05** Magnum. Krimiserie **9.05** Knight Rider. U. a.: Ein Ring aus Feuer. Actionserie **13.05** Mein Lokal, Dein Lokal **18.15** Rosins Restaurants – Ein Sternekoch räumt auf!

20.15 **Die größten Geheimnisse der 90er** Rankingshow
22.20 **Abenteuer Leben** Das Urlaubsduell: Florida vs. Puerto Rico
0.25 **Steel Buddies – Stahlharte Geschäfte** Doku-Soap
2.15 **Challenge Reportage**
2.45 **Steel Buddies – Stahlharte Geschäfte** Doku-Soap

arte ARTE

18.25 Karambolage **18.35** Zu Tisch **19.10** Arte Journal **19.30** Namibia – Die raue Welt der Baster

20.15 **Die Vögel** Thriller, ******** USA 1963 · Mit Rod Taylor, Tippi Hedren R. A. Hitchcock
22.10 **Tippi Hedren und die wilden Tiere**
23.05 **Melanie Griffith – Die Frau, die Hollywood überlebte**
23.55 **Joana Mallwitz & Alice Sara Ott** West-Eastern Divan Orchestra: spielt de Falla und Ravel

DOKU K1 DOKU

5.25 Abenteuer Leben **6.05** Das Unerklärliche mit William Shatner **17.55** Die Schatzsucher von Oak Island **21.50** American Gold: Fünf Brüder auf Goldsuche **23.10** Wettkampf der Waffenschmiede

NDR NDR

18.00 Rund um den Michel **18.45** DAS! **19.30** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Land im Gezeitenstrom **21.45** Sportschau **22.10** NDR Quizshow **22.55** extra 3 **23.40** Quizduell-Olymp **0.30** Rund um den Michel

Das Erste ARD

15.30 Der Ranger – Paradies Heimat: Sturm. TV-Familienfilm, D 2021 **17.00** Brisant **17.45** Tagesschau **18.00** Bericht aus Berlin **18.30** Weltspiegel **19.15** Sportschau **20.00** Tagesschau

20.15 **Tatort Schmerz** TV-Krimi, D 2026 **TIPP S. 4**
21.45 **Tagesthemen**
22.05 **Oderbruch** **TIPP S. 4**
23.45 **Zu guter Letzt** Tragikomödie, USA 2016 · Mit Shirley MacLaine
1.30 **Der Ranger – Paradies Heimat** Sturm. TV-Familienfilm, D 2021

sat 3SAT

18.30 Museums-Check **19.00** heute **19.10** Krebs überlebt **19.40** Schätze der Welt **20.00** Tagesschau

20.15 **Till Reiners' Happy Hour** Kabarettshow
21.00 **Johann König findet** Essen ist wunderbar
21.45 **Schon wieder Henriette** TV-Krimikomödie, Ö/D 2013
23.10 **Nomis – Die Nacht des Jägers** Actionfilm, CDN 2018
0.40 **Familie zu vermieten** Komödie, F/B 2015

one ONE

13.40 **Book Club** – Das Beste kommt noch. Komödie, USA 2018 **15.15** kinokino **15.35** Seaside Hotel **18.40** Petrocelli **20.15** Damen. TV-Komödie, D 2026 **21.45** Tatort: Schmerz. TV-Krimi, D 2026 **23.15** Professor T

SWR SWR

17.30 SWR Kultur **18.00** Regional **18.15** Handwerkskunst **18.45** Treffpunkt **19.15** Die Fallers **19.45** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Wilde Alan **21.45** Regional **22.45** **Der einzige Zeuge**. Thriller, USA 1985

ZDF ZDF

16.20 sportstudio live: Frauen-Bundesliga. Bayern München – VfL Wolfsburg **18.30** Olympische Bilanz **19.00** heute **19.10** Berlin direkt **19.30** Terra X: Ungelöste Fälle der Archäologie **TIPP**

20.15 **sportstudio-Olympia** – Die Schlussfeier Live aus Verona mit Stefan Bier **TIPP**
23.00 **heute journal**
23.15 **Vigil – Tödliche Drogen** U. a.: Entführt Krimiserie
1.10 **Ein Mädchen wird vermisst** TV-Krimi, D 2021

ORF ORF III

17.05 Trauung mit Hindernissen. TV-Komödie, D 2018 **18.40** Eltern mit Hindernissen. TV-Komödie, Ö 2020

20.15 **Aida aus der Wiener Staatsoper** Erlebnis Bühne
23.00 **Familie mit Hindernissen** TV-Komödie, D/Ö 2017
0.35 **Baumeister der Republik**
2.10 **Kampf um Österreich – Februar 1934**
2.55 **Traum von Europa** – Richard Coudenhove-Kalergi

WIE ZDF NEO

15.55 Die glorreichen 10 **18.05** Sketch History **18.30** Death in Paradise **20.15** The Collective **21.55** Böhmische Braterei mit Katrin Bauerfeind **22.25** Maitthink X **23.00** heute-show **23.35** Neo Social Club **0.05** Maitthink X

zdf info

5.45 Terra X History: Putins Lehrjahre **6.30** Sabotage in Putins Auftrag? **7.00** heute-show **7.30** Das Universum **19.40** heute-show **20.15** Faszination Weltall **23.15** Mysterien des Weltalls **1.30** Geheimnisvolles Universum

Detective Knight: Independence ★★

NEU Actionfilm. USA 2023 Während Los Angeles den Unabhängigkeitstag zelebriert, sorgt Detective Knight (Bruce Willis) für Ordnung. Doch ein verkleideter Polizist versucht, die Feierlichkeiten zu sabotieren. Der Täter plant ein gefährliches Feuerwerk. Abschluss der Trilogie. **PULS 4 | 20.15** ★★★★★ NIVEAU
★★★★ SPASS
★★★★ THRILL
★★★★ ACTION

Die Höhle der Löwen

NEU Unterhaltung. D 2026 In der 19. Staffel versuchen Gründer wie Patrick Beyer wieder, mit innovativen Produkten wie einer Kondomschutzhülle die Investoren Frank Thelen, Judith Williams, Carsten Maschmeyer, Ralf Dümmel, Dagmar Wöhr und Janna Ensthaler zu überzeugen. Kriegen sie einen Deal? **VOX | 20.15**

ORF 1 ORF 1

7.55 Die Goldbergs **8.15** Zoo und so – Tierisch wild! Das Geheimnis des Roten Pandas **9.00** Smart10 – Das Quiz mit den zehn Möglichkeiten **9.45** Q1 Ein Hinweis ist falsch **10.25** Gefragt – Gejagt

11.10 **Monk**
12.35 **SOKO Kitzbühel**
U. a.: Mord aus der Luft
14.05 **Morden im Norden**
14.55 **Death in Paradise**
Feuer im Herzen
15.50 **SOKO Donau U. a.:**
Trauriger Sonntag
17.25 **ZIB Flash**
17.35 **Smart10 –**
Das Quiz mit den zehn Möglichkeiten
18.20 **XXV. Olympische Winterspiele 2026 Mailand Cortina Medaillenfeier**
19.30 **Zeit im Bild**
19.56 **Sport Aktuell**
20.02 **ZIB Magazin**

20.15 **What a Feeling**
Liebeskomödie
TIPP S. 5
22.08 **Eurodreams**
22.15 **CopStories**
Blöd gelaufen
Krimiserie · Mit Michael Steinocher, David Miesmer. Zwei Wohnungsinteressenten sind einem gerissenen Mietbetrüger auf den Leim gegangen.
23.10 **CopStories**
Und aus. Krimiserie
0.00 **New Amsterdam**
Superbazillus Krankenhausserie · Mit Ryan Eggold, Freema Agyeman, Tyler Labine
0.40 **9-1-1 Notruf L.A.**
Heldinnen. Actionserie · Mit Angela Bassett, Peter Krause
1.25 **Harrow**
Ruhe in Frieden. Krimiserie
2.05 **The Good Doctor**
Kalte Füße / Campingtrip
3.30 **New Amsterdam**
4.10 **9-1-1 Notruf L.A.**
4.55 **Good Trouble**

ORF 2 ORF 2

6.30 Guten Morgen Österreich / Wetter / ZIB **9.10** Fit mit den Stars. Conny Kreuter
9.30 Silvia kocht. Unterwegs im Burgenland **9.55** Paul Kemp – Alles kein Problem
10.45 Mayrs Magazin

11.05 **Eco**
11.35 **Hohes Haus**
12.05 **Kampf um die Festung – Ein Burgvogt im Mittelalter**
13.00 **ZIB**
13.30 **Aktuell nach eins**
14.20 **Silvia kocht**
14.45 **Sturm der Liebe**
15.35 **Die Rosenheim-Cops**
16.20 **Hinter den Schlagzeilen**
17.05 **Aktuell nach fünf**
17.30 **Studio 2**
18.30 **konkret**
18.51 **infos & tipps**
19.00 **Bundesland heute**
19.30 **Zeit im Bild**
19.56 **Sport Aktuell**
20.05 **Seitenblicke**

20.15 **Die Millionenshow Quiz**
21.10 **Thema**
22.00 **ZIB 2**
22.30 **kulturMONTAG**
Moderation: Peter Schneeberger. Ruhm und Ehre
23.15 **Kulturkrieg – Kunst als Waffe**
Doku. Mit ihrem enormen Widerstandswillen gegen den russischen Angriffskrieg hat die Ukraine die Welt überrascht. Dabei kommen Kunst und Kultur eine neue Bedeutung zu. Denn die Schlacht wird auch als Krieg der Narrative geführt.
0.10 **Tatort Schmerz**
TV-Krimi, D 2026 · Mit Jörg Hartmann, Stefanie Reinsperger, Alessija Lause
1.40 **Die Millionenshow Quizshow**
2.30 **Thema Doku**
3.15 **kulturMONTAG**
4.00 **Kulturkrieg – Kunst als Waffe**
4.45 **Seitenblicke**

ATV ATV

5.20 Heinzl und die VIPs – Weekend **5.50** Danni Lowinski. Alles auf Schwarz **6.30** Der letzte Bulle. Die wollen nur spielen / Das Ding des Jahrhunderts / Sieben Buchstaben **9.05** MediaShop

11.05 **Der letzte Bulle**
12.00 **Treffpunkt Österreich zu Mittag**
13.20 **Bull** Feueralarm
14.10 **The Mentalist**
Grüße von Red John
15.05 **The Mentalist**
Gepresste Kohle
15.55 **Hawaii Five-0**
Tag der Wahrheit
Krimiserie
16.55 **Hawaii Five-0**
Monster. Krimiserie
17.55 **The Mentalist Sport**
ist Mord. Krimiserie
18.50 **The Mentalist**
Die schönsten Jahre
Krimiserie
19.50 **Treffpunkt Österreich**

20.15 **Teenager werden Mütter Reality-Soap**
21.30 **Match in Paradise – Liebe auf den ersten Swipe?**
Datedshow
Singles aus Österreich und der Schweiz ziehen in ein Traumvilla auf Kreta.
22.35 **Teenager werden Mütter Reality-Soap**
1.05 **Match in Paradise**
Datedshow

ATV// ATV2

11.55 Heinzl und die VIPs – Weekend **12.25** Die Spreewaldklinik **13.05** Charmed **16.25** Desperate Housewives **18.15** Gilmore Girls **20.15** FBI: Special Crime Unit **22.55** FBI: Most Wanted **23.50** FBI: Special Crime Unit

ORF SPORT +

19.30 Freeride World Tour 2026 **20.00** Sport 20 **20.15** Skibergsteigen Magazin **2026** **20.35** Freeride World Tour 2026 **21.30** Eiskunstlauf Europameisterschaft 2026 **22.00** Fußball Admiral Bundesliga **23.00** Faustball

PULS 4 PULS 4

5.10 The Big Bang Theory. Das Menschen-Frosch-Problem **5.30** Café Puls **12.00** Treffpunkt Österreich zu Mittag **13.00** MediaShop **15.15** The Big Bang Theory. Das Roller-Revival. Sitcom

15.35 **The Big Bang Theory U. a.:**
Die Entscheidungsfindungs-Verwirrung / Das Plagiats-Problem / Das Notting-Hill-Paradigma / Die Keine-Konstante-Katastrophe / Das Stockholm-Syndrom
18.15 **Two and a Half Men Tattoo-Tata**
18.42 **Puls 4 Aktuell**
18.55 **Two and a Half Men Vorteil: Fettes, fliegendes Baby / Mittelschul-Mysterien / Neun Uhr vier von Pemberton**

20.15 **Detective Knight: Independence**
Actionfilm, USA 2023 **TIPP**
22.05 **The Man from Toronto**
Actionkomödie, USA 2022 · Mit Kevin Hart
0.15 **Detective Knight: Independence**
Actionfilm, USA 2023
1.55 **Keine gute Tat**
Thriller, USA 2014

PULS 24

14.15 **ATV 15.55** Mein Recht! Ich geb' nicht auf! **17.50** Pfsch am Bau **18.50** Pfsch am Bau **19.50** Treffpunkt Österreich **20.15** Wild Umstritten **21.10** Sex & Crime **23.00** Österreichs schockierendste Verbrechen

phoenix

17.30 phoenix der tag **18.00** Aktuelle Reportage **18.30** Legendäre Pharaonen **19.15** Der Fall Tutanchamun **20.00** Tagesschau **20.15** Die Kennedy-Saga **21.45** heute journal **22.15** unter den linden **23.00** Der tag

SERVUS SERVUS TV

5.25 Bares für Rares **6.00** Das Wetterpanorama bei ServusTV **9.30** Naturgewalten – Wie alles zusammenhängt. Doku **10.20** Megabauten. Der Rekord-Tunnel unter dem Brenner. Doku

11.10 **Ancient Aliens – Unerklärliche Phänomene**
Perus vergessene Stadt
12.00 **TM Wissen**
Unserem Wasser auf den Grund gegangen – Wie trinkbar es wirklich ist und was Mikroorganismen über die Qualität verraten
13.00 **Die Bären sind los**
14.00 **Servus um 2**
15.05 **Bares für Rares**
17.00 **Quizjagd**
18.05 **Servus am Abend**
18.30 **Bares für Rares**
19.20 **Servus Nachrichten**
19.35 **Quizmaster**

20.15 **Bergwelten**
Das Wipptal – Ein Winter am Brenner
Doku
21.15 **Sport und Talk aus dem Hangar-7**
23.00 **Michael Martin – Gesichter der Erde**
0.00 **Bergwelten**
1.00 **Sport und Talk aus dem Hangar-7**
Talkshow
2.30 **Michael Martin – Gesichter der Erde**

KIKA KIKA

17.25 Die Schlümpfe **17.50** Wickie **18.10** Grisu – Der kleine Drache **18.35** Die Werkel-Ferkel **18.50** Sandmännchen **19.05** Die Borger **19.25** Dein Song 2026 **19.50** logo! **20.00** KiKa Live **20.10** Wahrheit oder Pflicht

Disney DISNEY

14.50 Big City Greens **15.50** Taffy **16.15** Hamster & Gretel **16.40** Phineas und Ferb **17.25** Bluey **18.10** Miraculous **18.55** Big City Greens **19.15** Modern Family **20.15** Hör' mal, wer da hämmert **22.35** Immer wieder Jim

SAT.1

5.35 Lenßen übernimmt **6.00** Café Puls **9.00** MediaShop **11.00** Richter Alexander Hold. Der Ballettjunge / Verraten und verkauft / Wer nicht hören will muss fühlen. Gerichtsshow

14.00 **Auf Streife**
Frauen verboten. Doku-Soap
15.00 **Auf Streife**
Goldfinger
16.00 **Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt**
17.00 **Notruf Moderation: Bärbel Schäfer**
17.30 **Go! Das Motor-magazin**
18.00 **Lenßen hilft**
Doku-Soap
18.30 **Lenßen hilft**
Oma am Steuer, Abenteurer. Doku-Soap
19.00 **Die Landarztpraxis**
Der schmale Grat
19.50 **Treffpunkt Österreich**

20.15 **Promis unter Palmen – Für Geld mache ich alles! Show**
22.35 **Aldi, Lidl, Penny – Der Sat.1 Discounter-Check! Doku**
0.40 **Promis unter Palmen – Für Geld mache ich alles! Show**
2.45 **Aldi, Lidl, Penny – Der Sat.1 Discounter-Check! Doku**

SUPER RTL

14.40 Lana Longbeard **15.05** Die Tom und Jerry Show **15.45** Wootle Goole **16.15** Willkommen bei den Louds **17.35** Grizzly & die Lemminge **17.55** ALVINNN!!! **18.55** Voll zu spät! **19.45** Die Thundermans **20.15** Bones

TELE 5

7.25 Joyce Meyer **15.10** King of Queens **16.10** Star Trek – Deep Space Nine **18.10** Raumschiff Voyager **20.15** Star Trek: Strange New Worlds **22.25** The Expanse **0.15** ★★ Mit stählerner Faust. Actionfilm, USA 1990

Der Schmidt Max auf der Suche nach ...



NEU Doku. D 2023 „....der Liebe“. Liebe, Zuversicht, Wahrheit und Freiheit – große Themen, zu denen jeder Fragen hat. Antworten präsentiert der **Schmidt Max**. Er trifft **Claudia Höß**, die mit einer ungewöhnlichen Anzeige die Liebe ihres Lebens gefunden hat, und Paartherapeutin **Birgitt Hölzel**, die ihm Tipps gibt. **BAYERN | 20.15**

Dreißig Jahre an der Peitsche



NEU Dokudrama. D 2024 Rosa von Praunheim (gest. 17.12.2025), Wegbereiter des deutschen Queer-Films, adaptiert die Memoiren der Domina Tina. Fast ihr ganzes Leben hat sie in der Prostitution zugebracht. Tina erzählt ihre Geschichte vor verschiedenen Hintergründen und trifft Wegbegleiter*innen. **ARTE | 22.35**

RTL

12.00 Punkt **12.15.00** Barbara Salesch **15.55** Ulrich Wetzels **17.00** Ulrich Wetzels – Das Jugendgericht **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exklusiv **18.45** Aktuell **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ

20.15 Wer wird Millionär? Quizshow. Moderation: Günther Jauch
23.15 Spiegel TV
0.00 RTL Nachtjournal
0.35 Alltagskämpfer – So tickt Deutschland! Reportage
1.15 Seitenwechsel – Die Welt mit anderen Augen sehen Plötzlich Alleinerziehend! – Ist das Leben jetzt vorbei?

RTL ZWEI

16.05 Hartz und herzlich **17.05** Hartz Rot Gold **18.05** Hartz und herzlich **19.05** Berlin – Tag & Nacht
20.15 Die Geissens Ein Tattoo für Robert? Die Geissens erleben Rennsport hautnah.
21.15 Die Geissens Grotten-Girls
22.20 Davina & Shania – We Love Monaco U. a.: Parental Advisory Explicit Content
0.20 Reeperbahn Privat! Das wahre Leben auf dem Kiez

NITRO.NITRO

15.00 Hör' mal, wer da hämmert! **15.50** Immer wieder Jim **16.40** M*A*S*H **18.30** Immer wieder Jim **19.15** Hör' mal, wer da hämmert! **20.15** Medical Detectives **22.15** Anwälte der Toten **23.15** Anwälte der Toten

RTL UP

5.20 Das Familiengericht **6.50** Das Jugendgericht **9.35** Blaulich Report **12.30** Das Familiengericht **15.00** Blaulich Report **17.40** Das Strafgericht **20.15** Dr. Stefan Frank **22.05** Hinter Gittern – Der Frauenknast

PRO 7

12.55 How I Met Your Mother **13.20** The Middle **13.45** Young Sheldon **14.15** Two and a Half Men **15.35** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** Aktuell **18.10** Die Simpsons **19.05** Galileo

20.15 Darüber staunt die Welt – Die peinlichsten Paar-Pannen Rankingshow. Die Sendung präsentiert die verrücktesten Dream-Teams.
22.35 Darüber staunt die Welt – Die tierischsten Schlamassel Rankingshow
0.50 Darüber staunt die Welt – Die peinlichsten Paar-Pannen

GOLD SAT1 GOLD

13.00 Die Waltons **13.50** Unsere kleine Farm **15.30** Mord ist ihr Hobby **17.15** Cold Case **18.55** K 11
20.15 Dr. G – Beruf: Gerichtsmedizinerin Die Nadel im Heuhaufen / Eine Frage bleibt / Kuss des Todes? / Verzweifelte Überquerung / Fatale Anziehungskraft / Dinge, die Männer tun?
1.40 Mörderische Geschwister – Killer Siblings U. a.: Die Briley Gang

MAXX

12.50 Storage Wars **16.50** One Piece **17.40** Dragonball **18.30** One Piece: Fish-Man Island Saga **18.55** Detektiv Conan **19.20** Futurama **19.50** Family Guy **20.15** Akte X **22.05** Quantum Leap **23.40** The Orville **0.25** Akte X

SIXX SIXX

8.05 Seattle Firefighters **8.55** Charmed **10.40** Grey's Anatomy **12.25** Hart of Dixie **13.15** Gilmore Girls **15.05** Grey's Anatomy **16.50** Charmed **18.30** Elementary **20.15** Navy CIS: Hawaii **22.10** Navy CIS: L.A.

VOX VOX

9.40 CSI: Den Tätern auf der Spur **12.20** CSI: Miami **15.00** Shopping Queen **16.00** Guidos Deko Queen **17.00** Zwischen Tüll und Tränen **18.00** First Dates **19.00** Das perfekte Dinner

20.15 Die Höhle der Löwen. Moderation: Amiaz Habtu **TIPP**
23.20 Goodbye Deutschland! Die Auswanderer Schießerei in LA. Vor dem Club der Kolonitenkos hat eine Schießerei stattgefunden.
0.20 VOX Nachrichten
0.40 Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin

BR BAYERN

17.30 Regional **18.00** Abendschau **18.30** BR24 **19.00** Querbeet **19.30** Dahoam is Dahoam **20.00** Tagesschau
20.15 Der Schmidt Max auf der Suche nach der Liebe **TIPP**
21.00 Raus aufs Land – Der Süden
21.45 BR24
22.00 Lebenslinien Sabine Sauer – Die Frau hinter dem Lächeln. Porträtreihe
22.45 Gemstis Grenzgeschichten
0.15 Gemstis Zeitreisen – Rund um Bayern

WDR WDR

19.30 Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Grenzenlos köstlich mit Björn Freitag und Tamina Kallert **21.00** Land & lecker **21.45** Aktuell **22.15** Das Gipfeltreffen **22.45** Ladies Night **23.45** Quizduell-Olymp

MDR MDR

18.54 Sandmännchen **19.00** Regional **19.30** Aktuell **19.50** Mach dich ran **20.15** Polizeiruf 110: Mama kommt bald wieder. TV-Krimi, D 2003 **21.45** Aktuell **22.10** Polizeiruf 110: Katharina. TV-Krimi, DDR 1989

KABEL 1

11.05 MacGyver **12.00** Bull **12.55** The Mentalist **13.50** Castle **14.50** Hawaii Five-0 **15.55** Steel Buddies **16.55** Abenteuer Leben **17.55** Mein Lokal, Dein Lokal **18.55** Achtung Kontrolle!

20.15 Ant-Man and the Wasp Actionfilm, USA 2018 · Mit Paul Rudd, Evangeline Lilly, Michael Douglas
22.40 Hulk Actionfilm, USA 2003 · Mit Eric Bana, Jennifer Connelly, Sam Elliott
1.25 Alien 3 Science-Fiction-Film, USA 1992 · Mit Sigourney Weaver, Charles S. Dutton

arte ARTE

16.00 Frankreichs Norden **17.50** Night Trains **19.20** Arte Journal **19.40** Re: Milchbars in Polen
20.15 Ladykillers Krimikomödie, GB 1955 · Mit Alec Guinness, Peter Sellers, Herbert Lom
21.40 Als London im Smog verschwand
22.35 Dreißig Jahre an der Peitsche Dokudrama, D 2024 **TIPP**
0.10 Possession Horrormovie, F/D 1981 · Mit Isabelle Adjani, Sam Neill, Heinz Bennent
2.10 Magische Anden

DOKU K1 DOKU

9.35 Pawn Stars **10.00** Die Schatzsucher von Oak Island **17.15** Wettkampf der Waffenschmiede **18.45** Pawn Stars **20.15** Wettkampf der Waffenschmiede **21.50** Forged With Steele **22.40** 10 Fehler **23.30** Tsunami

NDR NDR

18.15 Die Nordreportage **18.45** DAS! Rote Sofa **19.30** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Markt **21.00** Die Ernährungs-Docs **21.45** NDR Info **22.00** NDR Story **22.45** NDR Kultur! **23.15** Die Geisel. TV-Drama, D 2003

Das Erste ARD

15.10 Sturm der Liebe **16.00** Tagesschau **16.10** Leopard, Seebär & Co. **17.00** Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** Morden im Norden **20.00** Tagesschau

20.15 Hirschhausen und der Zucker Doku **TIPP S. 9**
21.00 Hart aber fair
22.15 Tagesthemen
22.50 ARD Story: Putin und Trump: Ziemlich beste Feinde?
23.35 ARD Crime Time: Rosa Riese – Jagd auf ein Phantom
0.05 Tagesschau
0.15 Tatort Schmerz TV-Krimi, D 2026

sat 3SAT

15.35 Wildes Großbritannien **18.30** nano **19.00** heute **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau
20.15 Universum: Österreichs Erbe für die Welt – Meisterwerke, Urwälder und Prachtbauten
21.45 Nichts als Natur
22.00 ZIB 2
22.25 DocuMe – Speara
23.05 DocuMe – Rosina. Ein Leben mit Tieren
23.50 DocuMe – Mama Micra
0.15 37°: Rente? Reicht nicht!

one ONE

10.45 Rote Rosen **12.20** In aller Freundschaft **13.50** Tierärztin Dr. Mertens **15.25** Victoria **17.05** Rote Rosen. Telenovela **18.40** Sturm der Liebe **20.15** La Fortuna **1.15** Wir wollten aufs Meer. Drama, D 2012

SWR SWR

12.10 ARD-Buffer Spezial **12.55** Eltern allein zu Haus: Die Schröders. TV-Komödie, D 2017 **14.25** Gefragt – Gejagt **15.10** Hubert ohne Staller **16.05** Kaffee oder Tee **18.00** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Regional

ZDF ZDF

14.00 heute **14.15** Die Küchenschlacht **15.05** Bares für Rares **16.00** heute **16.10** Die Rosenheim-Cops **17.00** heute **17.10** hallo deutschland **18.00** SKO Potsdam **19.00** heute **19.25** WISO

20.15 Unter anderen Umständen Das Mädchen ohne Namen. TV-Krimi, D 2025 **TIPP S. 4**
21.45 heute journal
22.15 Chase – Nichts hält ihn auf Actionfilm, USA 2022
23.40 heute journal update
23.55 Shahid Dokudrama, D/IRN 2023 **TIPP S. 5**

ORF ORF III

18.45 Meryn am Mo. Glutenunverträglichkeit **19.18** AKTUELL **19.25** Nachrichten **19.40** Kultur Heute
20.15 Rubel in Österreich – Die Spur der Oligarchen
21.05 Inside Moskau – Party, Luxus und der Krieg
21.55 Gold für Putin – Russlands schmutziges Kriegsgeld
22.45 treffpunkt medizin
0.25 Rubel in Österreich – Die Spur der Oligarchen
1.10 Inside Moskau

WIE ZDF NEO

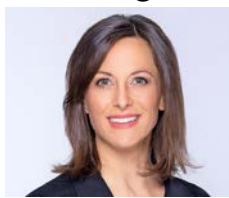
20.15 Inspector Barnaby: Dressed To Kill. TV-Krimi, GB 2022 **21.45** Inspector Barnaby: Der Untergang des Hauses Shirewell. TV-Krimi, GB 2023 **23.15** Inspector Barnaby: Das Buch Bertram. TV-Krimi, GB 2023

zdf info

12.45 Schatzjäger! Suche nach vergessenen Zivilisationen **17.15** Terra X: Der Schatz des Piraten **18.00** Terra X: Schrecken der Meere **18.45** Die 2010er **21.45** Das war dann mal weg **0.40** heute journal

Universum: Australiens verborgenes ...

NEU Doku. Ö 2026 Paradies – Lord Howe Island“. Vor der Ostküste Australiens liegt Lord Howe Island mit dem südlichsten Korallenriff der Welt. Doch eingeschleppte Arten bedrohen das Paradies. Naturschutz-Aktive, allen voran **Ian Hutton**, kämpfen seit Jahrzehnten gegen die Folgen – nun auch gegen den Klimawandel. **ORF 2 | 20.15**

Breaking Media – Macht.Medien.- ...

NEU Infomagazin. Ö 2026 Kompetenz.“ Das Magazin analysiert aktuelle Entwicklungen der Medienwelt. Moderatorin **Gundula Geiginger** zeigt dabei, wie soziale Netzwerke, Plattformen und politische Interessen Berichterstattung direkt beeinflussen – kritisch, verständlich und nah am digitalen Alltag. **PULS 4 & JOYN | 23.20**

ORF 1

7.25 Schmatzo **7.45** Garfield
8.00 Die Goldbergs **8.20** Morden im Norden **9.10** Smart10 – Das Quiz mit den zehn Möglichkeiten **9.55** Q1 Ein Hinweis ist falsch **10.35** Gefragt – Gejagt

11.20 Death in Paradise
12.10 Monk
12.55 SOKO Kitzbühel
U. a.: Die Karibik Connection
14.25 Morden im Norden Tiefer Fall
15.15 Death in Paradise Der Rückkehrer
16.10 SOKO Donau
U. a.: Lara K.
17.45 ZIB Flash
17.55 Smart10 – Das Quiz mit den zehn Möglichkeiten
18.45 Q1 Ein Hinweis ist falsch
19.30 Zeit im Bild
19.56 Sport Aktuell
20.02 ZIB Magazin

20.15 Steirerangst TV-Krimi, D/Ö 2022 · Mit Hary Prinz, Anna Unterberger. Regie: Wolfgang Murnberger. Anni Sulmtaler und Sascha Bergmann begeben sich in die Welt der hormonellen Glücksbooster.
21.45 ZIB Flash
21.55 Willkommen Österreich mit Stermann & Grisseemann Kabarettshow. Gäste: Christian Wehrschütz, Niki Ofczarek & Nina Proll
22.55 Pratersterne – Rote Bar Comedyshow
23.20 ZIB Flash
23.30 Liebes/schichten und Heiratssachen – Der Podcast Gast: Nadja Bernhad
0.25 The Orville – New Horizons Science-Fiction-Serie
1.25 Guarded Secrets – Spurensuche Drama, H/Ö/FIN 2004
2.55 What a feeling Liebeskomödie, Ö 2024

ORF 2

6.00 Wetter-Panorama und Programmübersicht **6.30** Guten Morgen Österreich / Wetter / ZIB **9.10** Fit mit den Stars. Conny Kreuter **9.30** Silvia kocht **9.55** Paul Kemp **10.45** Bewusst Gesund

11.10 Bürgeranwalt
12.00 Thema
12.45 Prisma
13.00 ZIB
13.30 Aktuell nach eins
14.20 Silvia kocht
14.45 Sturm der Liebe
15.35 Die Rosenheim-Cops Eine Pleite mit Gewinn
16.20 Hinter den Schlagzeilen
17.05 Aktuell nach fünf
17.30 Studio 2
18.30 konkret
18.51 infos & tips
19.00 Bundesland heute
19.30 Zeit im Bild
19.56 Sport Aktuell
20.05 Seitenblicke

20.15 Universum: Australiens verborgenes Paradies – Lord Howe Island Doku **TIPP**
21.05 Report
22.00 ZIB 2
22.25 Euromillionen
22.35 ZIB Talk
23.05 kreuz & quer Zwischen Leben und Tod – Alltag auf der Intensivstation Doku
23.40 kreuz & quer reportage Verzicht als Gewinn – Warum Menschen Fasten Doku
0.10 Der Club der singenden Metzger (1) TV-Historienfilm, D 2019
1.35 Report
2.25 ZIB Talk
2.55 Universum: Australiens verborgenes Paradies – Lord Howe Island Doku
3.40 Silvia kocht Kochshow
4.10 Hinter den Schlagzeilen Doku-Reihe
4.40 Studio 2

ATV

5.20 Heinzl und die VIPs **5.25** Single Parents **5.50** Danni Lowinski. Selbstbestimmung **6.35** Der letzte Bulle. Sieben Buchstaben / Was hab ich getan / Ins Paradies **9.05** MediaShop

11.10 Der letzte Bulle
12.00 Treffpunkt Österreich zu Mittag
13.20 Bull E.J.
14.15 The Mentalist Sport ist Mord
15.10 The Mentalist Die schönsten Jahre
16.05 Hawaii Five-0 Monster
16.50 Hawaii Five-0 Ausflug ins Paradies
17.50 The Mentalist Der blaue Topas
18.50 The Mentalist Der Krieg der Wölfe
19.50 Treffpunkt Österreich

20.15 Operation: 12 Strong ******* Kriegsdrama, USA 2018 · Mit Chris Hemsworth Michael Shannon
22.30 No Way Out – Gegen die Flammen Biografie, USA 2017
1.05 Operation: 12 Strong ******* Kriegsdrama, USA 2018
3.00 No Way Out – Gegen die Flammen Biografie, USA 2017 *******

ATV II

5.10 Edel & Starck **6.10** K11 – Die neuen Fälle **6.55** MediaShop **12.00** Verliebt in Berlin **12.25** Die Spreewald-Klinik **13.05** Charmed **16.25** Desperate Housewives
18.15 Gilmore Girls **20.15** Dr. House **1.25** Navy CIS: L.A.

ORF SPORT +

19.00 Farewell-Feier & Vereidigung Paralympics Mailand/Cortina 2026 **20.15** Billard Pool Bundesliga **21.15** Olympische Winterspiele Mailand/Cortina 2026 **23.15** Sportbild **23.45** Freeride World Tour 2026

PULS 4

5.30 Café Puls **6.00** Café Puls **12.00** Treffpunkt Österreich zu Mittag. Infotainment **13.00** MediaShop **15.10** The Big Bang Theory. Die Keine-Konstante-Katastrophe / Das Stockholm-Syndrom

16.00 The Big Bang Theory Penny und die Physiker / Chaos-Theorie / Erregungsfaktor: Null / Die Leuchtfisch-Idee / Die andere Seite der Krawatte. Sitcom · Mit Johnny Galecki, Jim Parsons
18.15 Two and a Half Men Mittelschul-Mysterien
18.42 Puls 4 Aktuell
18.55 Two and a Half Men Neun Uhr vier von Pemberton / Tragen Schafe Lippenstift? / Mund weg von meiner Tochter

20.15 2 Minuten 2 Millionen – Die Puls 4 Start-Up Show Jury: u. a. Alexander Schütz, Katharina Schneider, Eveline Steinberger
22.25 Pro und Contra
23.20 Breaking Media – Macht.Medien. Kompetenz. **TIPP**
23.55 2 Minuten 2 Millionen
1.55 Auf Streife

PULS 24

15.55 Mein Recht! Ich geb' nicht auf! **17.55** Pfsch am Bau **19.50** Treffpunkt Österreich **20.15** TikTok: Hass geht viral **21.15** Die dunkle Seite von Social Media **22.15** Der Feind im Kinderzimmer **0.15** Das Böse im Blick

phoenix

15.15 phoenix plus **16.00** Dokumentation **17.30** Der Tag **18.00** Aktuelle Reportage **18.30** Die Kennedy-Saga **20.00** Tagesschau **20.15** Die Kennedy-Saga **21.45** heute journal **22.15** phoenix runde **23.00** Der Tag

SERVUS TV

5.25 Bares für Rares **6.00** Das Wetterpanorama bei ServusTV **9.25** Der Apenin – Italiens Naturparadies. Von Ligurien nach Umbrien **10.15** Michael Martin – Gesichter der Erde. Sibirien

11.10 Ancient Aliens – Unerklärliche Phänomene Die Unsterblichen
12.00 P.M. Wissen Vegane Haustiere & mehr – Wie artgerecht ist fleischloses Futter?
13.00 Heimatleuchten Kärntens wilder Süden – saugut!
14.00 Servus um 2
15.05 Bares für Rares
15.50 Bares für Rares
17.00 Quizjagd
18.05 Servus am Abend
18.30 Bares für Rares
19.20 Servus Nachrichten
19.35 Quizmaster Quizshow

20.15 Hubert ohne Staller Zimmer ohne Aussicht. Krimiserie
21.15 Hubert und Staller U. a.: Rosenkrieg Krimiserie
23.15 UEFA Champions League: Highlights des Spieltags Fußball: Play-Offs Rückspiel
0.10 Hubert ohne Staller
1.10 Hubert und Staller
2.40 P.M. Wissen

KIKA

17.25 Die Schlümpfe **17.50** Wickie **18.10** Grisu **18.35** Die Werkel-Ferkel **18.50** Sandmännchen **19.00** Die Borger **19.25** Dein Song 2026 **19.50** logo! **20.00** Kika Live **20.10** Die Allstars-WG **20.35** Draußen schlafen

Disney

16.40 Phineas und Ferb **17.25** Bluey **18.10** Miraculous **18.55** Big City Greens **19.15** Modern Family **20.15** Herbie Fully Loaded: Ein toller Käfer startet durch. Actionkomödie, USA 2005
22.15 Golden Girls

SAT.1

5.05 Auf Streife. No Baby on Board. Doku-Soap **5.35** Lenßen übernimmt. Reality-Soap **6.00** Café Puls **9.00** MediaShop **11.00** Richter Alexander Hold. Coffeeshop Milk & Honey. Gerichtsshow

12.00 Richter Alexander Hold So ein schöner Mord / Schöne Beschörung
14.00 Auf Streife Die Karawane zieht weiter
15.00 Auf Streife Klein allein
16.00 Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt
17.00 Notruf
17.30 Notruf
18.00 Lenßen hilft
18.30 Lenßen hilft
19.00 Die Landarztpraxis Die wirklich wahren Dinge ...
19.50 Treffpunkt Österreich

20.15 Ronzheimer Wie geht's, Deutschland? – Bürgergeld Doku-Reihe
22.15 Spiegel TV – Reportage Neustart Rente – Wie das Geld im Alter reicht
23.20 Ronzheimer **1.10** Spiegel TV – Reportage
2.05 Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt

SUPER RTL

14.40 Lana Longbeard **15.05** Die Tom und Jerry Show **15.45** Wozzle Goozle **16.15** Willkommen bei den Louds **17.35** Grizzly & die Lemminge **17.55** ALVINNN!!! **18.55** Voll zu spät! **19.45** Die Thundermans **20.15** Lucifer

TELE 5

15.10 King of Queens **16.10** Star Trek – Deep Space Nine **18.10** Raumschiff Voyager **20.15** *** Horns – Für sie geht er durch die Hölle. Fantasyfilm, USA/CDN 2013
22.30 *** Psycho Goreman. Komödie, CDN 2020

Dünentod – Ein Nordsee-Krimi Blutiges ...



NEU TV-Krimi. D 2025 „... Moor“. Hinter dem Deich wird im Moor eine Leiche gefunden. Tjark (Hendrik Duryn) und Freddy (Isabel Thierauch) vermuten einen Zusammenhang mit einem düsteren Brauch. Hauptverdächtig ist Langenbeck (Sascha Geršak), der Intimfeind des Toten, sowie dessen Frau (Stephanie Japp). **RTL | 20.15**

Giorgia Meloni: Die Macht des Clans



NEU Doku. F 2024 In einer Grotte am römischen Colle Oppio formierte sich in den 1990ern der Clan der „Möwen“ – junge Neofaschisten, inspiriert von Tolkien und dem Film „Der Club der toten Dichter“. Unter ihnen: Giorgia Meloni, heute Italiens erste rechtsextreme Regierungschefin seit Mussolini. Zweiteilige Doku. **ARTE | 21.55**

RTL

15.00 Barbara Salesch **15.55** Ulrich Wetzell **17.00** Ulrich Wetzell – Das Jugendgericht **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exklusiv **18.45** Aktuell **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ

PRO 7

12.55 How I Met Your Mother **13.20** The Middle **13.50** Young Sheldon **14.10** Two and a Half Men **15.35** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** Aktuell **18.10** Die Simpsons **19.05** Galileo

VOX VOX

9.40 CSI: Den Tätern auf der Spur **12.20** CSI: Miami **15.00** Shopping Queen **16.00** Guidos Deko Queen **17.00** Zwischen Tüll und Tränen **18.00** First Dates **19.00** Das perfekte Dinner

KABEL 1

10.10 Navy CIS: L.A. **11.05** Bull **12.55** The Mentalist **13.50** Castle **14.50** Hawaii Five-0 **15.55** Steel Buddies **16.55** Abenteuer Leben **17.55** Mein Lokal, Dein Lokal **18.55** Achtung Kontrolle!

Das Erste ARD

15.10 Sturm der Liebe **16.00** Tagesschau **16.10** Leopard, Seebär & Co. **17.00** Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** WaPo Bodensee **20.00** Tagesschau

ZDF ZDF

15.00 heute Xpress **15.05** Bares für Rares **16.00** heute **16.10** Die Rosenheim-Cops **17.00** heute **17.10** hallo deutschland **18.00** SOKO Köln **19.00** heute **19.25** Die Rosenheim-Cops

20.15 **RTL** **Dünentod – Ein Nordsee-Krimi** Blutiges Moor. TV-Krimi, D 2025 **TIPP**
22.15 **Extra – Das RTL Magazin** Moderation: Mareile Höppner
0.00 **RTL Nachtjournal**
0.25 **RTL Nachtjournal** Spezial Talkshow
0.45 **CSI: Miami** U. a.: Kinder, wollt ihr ewig schweigen?

20.15 **TV total** Comedyshow
21.25 **TV total Stand-up Club** Comedyshow Moderation: Sebastian Pufpaff
22.35 **On & Off the Catwalk** by Heidi Klum Doku-Soap
0.45 **TV total** Comedyshow
1.40 **TV total Stand-up Club** Comedyshow
2.35 **Reality Backpackers**

20.15 **Hot oder Schrott – 10 Jahre die Allestester** In der Jubiläumsfolge gibt es kulinarische, actiongeladene und elektrisierende Tests.
22.15 **Hot oder Schrott – Die Allestester**
0.20 **VOX Nachrichten**
0.40 **Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin**
2.25 **Snapped**

20.15 **Hancock** Actionkomödie, USA 2008 · Mit Will Smith, Charlize Theron, Jason Bateman
22.05 **Hellboy 2: Die goldene Armee** Actionfilm, USA/D 2008 · Mit Ron Perlman
0.25 **Samaritan** Actionfilm, USA 2022
2.10 **Hancock** Actionkomödie, USA 2008

20.15 **Die Notärztin** Grenzen. Arztserie **TIPP S. 4**
21.00 **In aller Freundschaft** Kampf oder Flucht. Arztserie
21.45 **Report Mainz**
22.15 **Tagesthemen**
22.50 **maischberger**
0.05 **Tagesschau**
0.15 **Die Notärztin**
1.00 **In aller Freundschaft**
1.50 **Hubert und Staller**
2.40 **Weltspiegel extra**

20.15 **Putins Schattenmänner** Russische Agenten packen aus
21.00 **frontal**
21.45 **heute journal**
22.15 **37°: Young Sex – Wie liebt die Gen Z?**
22.45 **Markus Lanz**
0.00 **heute journal update**
0.15 **Chase** Actionfilm, USA 2022
1.40 **Mord im Mittsommer** Madeleine TV-Krimi, S/D 2025

RTL ZWEI

16.05 Hartz und herzlich **17.05** Hartz Rot Gold **18.05** Hartz und herzlich **19.05** Berlin – Tag & Nacht
20.15 **Hartz und herzlich** Hamburg – Mitte (3). Bei Oli und Ricky gibt es nach dem Krankenhausaufenthalt Entwarnung.
22.15 **Armes Deutschland – Stempeln oder abrackern?** Alles für die Zukunft
0.15 **Hartz und herzlich** Hamburg – Mitte (3)
2.00 **Armes Deutschland** Alles für die Zukunft

GOLD SAT1 GOLD

13.00 Die Waltons **13.50** Unsere kleine Farm **15.30** Mord ist ihr Hobby **17.15** Cold Case **18.55** K 11
20.15 **Unfall, Selbstmord oder Mord?** Jagdsaison – Mordssaison / Brandopfer
22.00 **Killer Couples: Mörderische Paare** U. a.: Der gottlose Pfarrer
23.40 **Unfall, Selbstmord oder Mord?** Tödliche Mutterliebe
1.05 **Unfall, Selbstmord oder Mord?**
2.20 **Killer Couples: Mörderische Paare**

BR BAYERN

17.30 Regional **18.00** Abendschau **18.30** BR24 **19.00** Gesundheit! **19.30** Dahoam is Dahoam **20.00** Tagesschau
20.15 **Tatort: Schneetreiben** TV-Krimi, D 2005 · Mit Miroslav Nemec
21.45 **BR24**
22.00 **Der Amsterdamer-Krimi: Tod im Hafenbecken** TV-Krimi, D 2020
23.25 **kinokino**
23.40 **Bestes Kabarett!**
0.25 **Ringlstetter Retro**
1.10 **Dahoam is Dahoam**
1.40 **Wir in Bayern**

arte ARTE

17.50 Night Trains. U. a.: Von Villach nach Edirne **19.20** Art Journal **19.40** Re: Char-kiw – Ein Bruder im Krieg
20.15 **Unterschätzt: Die rechte Terrorgefahr (1+2/2)** Dok.-Film, F 2022
21.55 **Giorgia Meloni: Die Macht des Clans** Die Ursprünge / An der Spitze Italiens **TIPP**
23.35 **Schattenwirtschaft – Das Ende der sozialen Sicherheit?** Dok.-Film, D 2025
1.05 **Tracks East**

sat 3SAT

15.05 Über Österreich – Die vierte Erkundung **18.30** nano **19.00** heute **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau
20.15 **Der Beschützer** TV-Thriller, D 2021 · Mit Tobias Oertel
21.45 **kinokino**
22.00 **ZIB 2**
22.25 **Nürburgring – Geschichte einer Kultstrecke**
0.00 **Reporter: Landwirtschaft trotz allem – Zwischen Verlust und Umbruch**
0.30 **10 vor 10**
1.00 **Hart aber fair**

ORF ORF III

16.20 Das Erbe der Guldenburgs **19.18** AKTUELL **19.25** Nachrichten in einfacher Sprache **19.40** Kultur Heute
20.15 **Habsburgs verkaufte Töchter**
21.05 **Duell der Kronprinzen – Rudolf von Österreich und Wilhelm von Preußen** Doku
21.55 **Drei Frauen für Habsburg – Innenansichten einer Herrscherfamilie**
22.45 **Was schätzen Sie..?**
23.35 **Habsburgs verkaufte Töchter**

NITRO NITRO

16.40 M*A*S*H **18.25** Immer wieder Jim **19.10** Hör' mal, wer da hämmert! Sitcom **20.15** ★★ Seventh Son. Actionfilm, USA/GB/CDN/RC 2014 **22.10** ★★ Tango & Cash. Actionkomödie, USA 1989

MAXX

12.50 Storage Wars **16.50** One Piece **17.40** Dragonball **18.30** One Piece: Fish-Man Island Saga **18.55** Detektiv Conan **19.20** Futurama **19.50** Family Guy **20.40** Die Simpsons **22.05** Family Guy **22.55** Futurama **23.40** Family Guy

WDR WDR

19.30 Regional **20.00** Tagesschau **20.15** **Tatort: Liebeswut.** TV-Krimi, D 2022 **21.45** Aktuell **22.15** Mutterliebe – Der Usedom-Krimi. TV-Krimi, D 2019 **23.40** Winterlicht – Der Usedom-Krimi. TV-Krimi, D 2019

DOKU K1 DOKU

9.25 Pawn Stars **9.50** Unerklärliche Phänomene **17.15** Wettkampf der Waffenschmiede **18.45** Pawn Stars **20.15** Expedition Unknown **21.55** Unerklärliche Phänomene **23.25** Die größten Gefängnisausbrüche

one ONE

6.15 Sturm der Liebe **9.25** Victoria **11.00** Rote Rosen **12.35** In aller Freundschaft **14.05** Pfarrer Braun: Bruder Mord. TV-Krimi, D 2005 **15.35** Victoria **17.05** Rote Rosen **18.40** Sturm der Liebe **20.15** Velvet **2.10** Time

WIE ZDF NEO

15.45 Suits **17.05** The Rookie **18.30** Bares für Rares **20.15** München Mord: Leben und Sterben in Schwabing. TV-Krimi, D 2019 **21.45** Ich dich auch! **22.40** ★★ Einmal ist keimnal. Krimikomödie, USA 2011 **0.00** Killing Eve

RTL UP

5.20 Das Familiengericht **6.50** Das Jugendgericht **9.35** Blaulicht Report **12.30** Das Familiengericht **15.00** Blaulicht Report **17.40** Das Strafgericht **20.15** Law & Order: Special Victims Unit **1.00** Das Strafgericht

SIXX SIXX

8.05 Seattle Firefighters **8.55** Charmed **10.40** Grey's Anatomy **12.25** Hart of Dixie **13.15** Gilmore Girls **15.00** Grey's Anatomy **16.45** Charmed **18.30** Elementary **20.15** Fixer Upper **22.15** Celebrity DIY

MDR MDR

18.10 Brisant **18.54** Sandmännchen **19.00** Regional **19.30** Aktuell **19.50** Einfach genial **20.15** Der Gigant – Die legendäre Antonov **21.45** Aktuell **22.10** Pioniere der Lüfte **22.55** ★★ Z for Zachariah. Drama, USA 2014

NDR NDR

18.15 Die Nordreportage **18.45** DAS! Rote Sofa **19.30** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Visite **21.00** Abenteuer Diagnose **21.45** NDR Info **22.00** Polizeiruf 110: Daniel A. TV-Krimi, D 2023 **23.30** Weltbilder

SWR SWR

12.10 ARD-Buffer Spezial **12.55** Eltern allein zu Haus: Die Winters. TV-Komödie, D 2017 **14.25** Gefragt – Gejagt **15.10** Hubert ohne Staller **16.05** Kaffee oder Tee **18.00** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Regional

zdf info

12.45 Entscheidung auf dem Schlachtfeld **18.00** ZDF-History: 3.000 Jahre Schlachtfeld Deutschland **18.45** Tag der Entscheidung **21.40** ZDF-History: Stalingrad **22.25** Countdown zum Kriegsende **0.40** heute journal

Dok 1 Sparen, Streichen, Schließen

Doku. Ö 2026 „Gemeinden unter Druck“: Fast jede zweite der 2.092 österreichischen Gemeinden schreibt rote Zahlen. Eine Besserung ist nicht in Sicht. **Hanno Settele** fragt: Wie reagieren die Bürgermeister*innen auf die zunehmend leeren Kassen? Was bedeuten Sparprogramme auf Gemeindeebene?

ORF 1 | 20.15**ORF 1**

7.25 Schmatzo **7.40** Garfield
8.00 Die Goldbergs **8.20** Morden im Norden **9.10** Smart10 – Das Quiz mit den zehn Möglichkeiten **9.55** Q1 Ein Hinweis ist falsch **10.35** Gefragt – Gejagt

11.20 Death in Paradise
12.10 Monk
12.55 SOKO Kitzbühel
U. a.: Tödliche Trugbilder (1)
14.25 Morden im Norden
15.15 Death in Paradise
Das Spiel
16.10 SOKO Donau
U. a.: Gottes innerer Schweinehund
17.45 ZIB Flash
17.55 Smart10 – Das Quiz mit den zehn Möglichkeiten
18.45 Q1 Ein Hinweis ist falsch
19.30 Zeit im Bild
19.56 Sport Aktuell
20.02 ZIB Magazin

20.15 Dok 1 Sparen, Streichen, Schließen – Gemeinden unter Druck **TIPP**
21.05 So isst Österreich besser Doku
22.00 Aufsperrn statt zusperren! Ist das Wirtshaus noch zu retten? Doku
22.40 Milch und Honig Doku
23.15 betrifft: uns – Reportagen ohne Filter Bleiben oder gehen: Was wollen syrische Geflüchtete? Doku
23.45 ZIB Flash
0.00 Mehr Fußball – Die UEFA Champions League Highlights Play-offs Rückspiel
0.30 Stumptown Familienbande / Schlechte Alibis. Krimiserie
1.55 Steirerangst TV-Krimi, D/Ö 2022 · Mit Hary Prinz, Anna Unterberger Regie: Wolfgang Murnberger
3.25 Dok 1 Doku
4.10 So isst Österreich besser Doku

ORF 2

9.10 Fit mit den Stars **9.30** Silvia kocht **9.55** Paul Kemp – Alles kein Problem **10.45** Land und Leute **11.10** Universum: Australiens verborgenes Paradies – Lord Howe Island

11.55 Report
12.45 Wetterschau
13.00 ZIB
13.30 Aktuell nach eins
14.20 Silvia kocht
14.45 Sturm der Liebe
Telenovela
15.35 Die Rosenheim-Cops
Im Namen der Familie. Krimiserie
16.20 Hinter den Schlagzeilen
17.05 Aktuell nach fünf
17.30 Studio 2
18.30 konkret
18.48 Lotto
19.00 Bundesland heute
19.30 Zeit im Bild
19.56 Sport Aktuell
20.05 Seitenblicke

20.15 Der Bergdoktor Wiedersehen. TV-Drama, D 2026 · Mit Hans Sigl, Heiko Ruprecht, Ronja Forcher
21.50 Autofocus Die Vielfalt fährt mit
22.00 ZIB 2
22.30 ZIB 2 History 1986 – Österreich im Umbruch **TIPP**
23.05 Waldheims Walzer Dok.-Film, Ö 2018 · Mit Kurt Waldheim. 1986, die „Waldheim-Affäre“ spaltet das Land: Der österreichische UN-Generalsekretär und Präsidentschaftskandidat war Wehrmachtssoffizier. Ruth Beckermann zeigt beklemmende bis absurde Bilder seiner Floskeln und Gesten, von Demos und Aussagen seiner Wähler.
0.45 Der Bergdoktor Wiedersehen
TV-Drama, D 2026
2.15 Die Rosenheim-Cops Krimiserie
3.45 Silvia kocht

ATV

5.00 ATV – Die Reportage. Fußballfans **5.30** Heinzl und die VIPs **5.50** Danni Lowinski **6.35** Der letzte Bulle **7.15** Der letzte Bulle. Krimiserie **8.10** Der letzte Bulle. Krimiserie **9.00** MediaShop

11.05 Der letzte Bulle
12.00 Treffpunkt Österreich zu Mittag
13.20 Bull Wahre Liebe?
14.10 The Mentalist
Der blaue Topas
15.00 The Mentalist
Der Krieg der Wölfe
15.55 Hawaii Five-0
Ausflug ins Paradies
16.55 Hawaii Five-0
Räuber und Gendarm
17.55 The Mentalist
Der beste Freund
Krimiserie
18.50 The Mentalist
Der Geschmack des Todes. Krimiserie
19.50 Treffpunkt Österreich

20.15 Reif für die Liebe Doku-Soap
21.20 Alles Liebe
Dateshow
22.20 Wild Umstritten
23.15 Reif für die Liebe Doku-Soap
0.20 Alles Liebe
Dateshow
1.20 Teenager werden
Mütter Reality-Soap
2.25 Match in Paradise – Liebe auf den ersten Swipe? Dateshow

ATV II

12.20 Die Spreewaldklinik
13.00 Charmed **16.25** Desperate Housewives **18.15** Gilmore Girls. Dramaserie **20.15** *** Space Jam: A New Legacy. Komödie, USA 2021 **22.30** * Action Point. Komödie, USA/SA 2018

ORF SPORT +

19.05 Eishockey Ice Hockey League. Vienna Capitals – Moser Medical Graz 99ers aus Wien **21.45** Sport **23.00** Farewell-Feier & Verabschiedung Paralympics Mailand/Cortina, Highlights
0.00 Billard Pool Bundesliga

ZIB 2 History 1986 – Österreich im ...

Doku. Ö 2026 „...Umbruch“. Das Jahr 1986 brachte eine tiefgreifende Wende in der Geschichte Österreichs. **Armin Wolf** beleuchtet drei Ereignisse, die das Land nachhaltig geprägt haben: die Wahl **Kurt Waldheims** zum Bundespräsidenten, die Wahl **Jörg Haider**s zum FPÖ-Chef und den Fall **Kardinal Groër**.

ORF 2 | 22.30**PULS 4**

5.10 The Big Bang Theory. Chaos-Theorie. Sitcom **5.30** Café Puls **12.00** Treffpunkt Österreich zu Mittag. Infotainment **13.00** MediaShop **15.10** The Big Bang Theory. Erregungsfaktor: Null

15.35 The Big Bang Theory U. a.: Die Leucht-fisch-Idee / Die andere Seite der Krawatte / Das Mit-tel-erde-Paradigma
17.50 The Big Bang Theory Der Cooper-Hof-stadter-Antagonis-mus · Mit Johnny Galecki, Jim Parsons, Simon Helberg
18.15 Two and a Half Men Tragen Schafe Lippenstift? / Mund weg von meiner Tochter / Noch eine Nacht mit Neil Diamond / Die Unter-wäsche der Stars

20.15 Die Mumie Abenteuer-film, USA 1999 · Mit Brendan Fraser, Rachel Weisz, John Hannah
22.40 Die Mumie kehrt zurück Abenteuer-film, USA 2001 · Mit Brendan Fraser, Rachel Weisz, John Hannah
1.10 Bram Stoker's Dracula Horrorfilm, USA 1992

PULS 24

12.00 Treffpunkt Österreich zu Mittag **14.15** Die Reportage **15.55** Mein Recht! Ich geb' nicht auf! **17.50** Pfsch am Bau **19.50** Treffpunkt Österreich **20.15** Reingelegt! **23.10** Sex & Crime **0.05** Das Böse im Blick

phoenix

14.00 bundestag live **17.30** Der Tag **18.00** Aktuelle Reportage **18.30** Die Kennedy-Saga **20.00** Tagesschau **20.15** Die Kennedy-Saga **21.45** heute journal **22.15** phoenix runde **23.00** Der Tag **0.00** phoenix runde

SERVUS TV

6.00 Das Wetterpanorama bei ServusTV **9.25** Hotels zum Staunen – Ein Blick hinter die Kulissen. Royal Mansour, Marokko **10.20** In 80 Gärten um die Welt. Japanische Gärten – Frühling

11.10 Ancient Aliens – Unerklärliche Phänomene Die sieben Erden
12.00 P.M. Wissen Lesen Hunde unsere Gedanken? – Verblüffende Erkenntnisse um unseren besten Freund
13.00 Bergwelten Das Wipptal – Ein Winter am Brenner
14.00 Servus um 2
15.05 Bares für Rares
17.00 Quizjagd
18.05 Servus am Abend
18.30 Bares für Rares
19.20 Servus Nachrichten
19.35 Quizmaster

20.15 Grönland – Schmelzende Schönheit Terra Mater. Doku **TIPP**
21.15 Die Flugretter – Notruf in den Alpen Reportage
22.15 Sound of Freedom Dokudrama, USA 2023
0.30 Die Welt der Raubkatzen Doku
1.20 Die Flugretter – Notruf in den Alpen Reportage

KIKA KIKA

17.00 Wir Kinder a. d. Mönchweg **17.25** Schlümpfe **17.50** Wickie **18.10** Grisus **18.35** Die Werkel-Ferkel **18.50** Sandmännchen **19.00** Die Borger **19.25** Dein Song 2026 **19.50** logot **20.00** Kika Live **20.10** FC Internat

Disney DISNEY

14.50 Big City Greens **15.50** Taffy **16.15** Hamster & Gretel **16.40** Phineas und Ferb **17.25** Bluey **18.10** Miraculous **18.55** Big City Greens **19.15** Modern Family **20.15** Immer wieder Jim **22.30** Hör' mal, wer da hämmert

SAT.1

5.05 Auf Streife – Die Spezialisten **5.35** Lenßen übernimmt. Reality-Soap **6.00** Café Puls **9.00** MediaShop **11.00** Richter Alexander Hold. Die Müll-Mama. Gerichtsshow

12.00 Richter Alexander Hold Die unbekannte Stalkerin / Jagd auf Jenny
14.00 Auf Streife Insassen aus Unfallauto verschunden! / Hammerhart
16.00 Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt
17.00 Notruf
18.00 Lenßen hilft
18.30 Lenßen hilft Immer Ärger mit Timmi
19.00 Die Landarztpraxis Das Liebes-geständnis
19.50 Treffpunkt Österreich

20.15 Das große Promibacken Jury: Bettina Schliephake-Burchardt, Christian Hümb's
23.05 Kuchen oder Chaos – Das Backbattle der Reality-Stars Realityshow
0.05 Das große Promibacken
2.25 Kuchen oder Chaos – Das Backbattle der Reality-Stars

SUPER RTL

17.25 Grizzly & die Lemminge **17.55** ALVINNN!!! **18.55** Voll zu spät! **19.45** Die Thundermans **20.15** *** First Class. Liebeskomödie, USA 2024 **22.20** Eine Liebe zum Abtauchen. TV-Liebeskomödie, USA 2022

TELE 5

17.10 Star Trek – Deep Space Nine **18.10** Raumschiff Voyager **20.15** Der Supersturm. TV-Katastrophenfilm, USA 2012 **22.00** *** Beyond Skyline. Actionfilm, SIN/USA/GB/CDN/INO/RC 2017

Terra Mater Grönland – Schmelzende ...



NEU Doku. D 2026 „.....Schönheit“. Grönlands Gletscher drücken täglich gewaltige Eismassen ins Meer, Eisberge von Kathedralengröße kalben ins Wasser. Drumherum blüht Plankton und lockt Buckelwale. Tierfilmer **Lars Pfeiffer** dokumentiert den rasanten Wandel der Arktis – ein eindringliches Naturporträt. **SERVUS TV | 20.15**

Fallende Blätter ★★



NEU Tragikomödie. D/FIN 2023 Ansa (Alma Pöysti) und Holappa (Jussi Vatanen) lernen sich beim Karaoke kennen – zwei Schüchterne, die ihre Jobs verloren haben. Doch sein Alkoholproblem steht ihrer Liebe im Weg. Aki Kaurismäkis warmherzige Außenseiter-Romanze aus Finnland. **ARTE | 20.15** ★★★★★ NIVEAU
★★★★ SPASS
★★★★ THRILL
★★★★ ACTION

RTL

15.00 Barbara Salesch **15.55** Ulrich Wetzell **17.00** Ulrich Wetzell – Das Jugendgericht **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exklusiv **18.45** Aktuell **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ

20.15 stern TV Reportage – 30 Jahre Familie Ritter: Folge 4 Im Mittelpunkt dieser Episode steht René Ritter. **22.15** stern TV Moderation: Steffen Hallaschka **0.00** RTL Nachtjournal **0.25** RTL Nachtjournal Spezial **0.45** CSI: Miami Krimiserie

RTL ZWEI

17.05 Hartz Rot Gold **18.05** Hartz und herzlich – Tag für Tag Rostock **19.05** Berlin – Tag & Nacht **20.15** Die Wollnys – Eine schrecklich große Familie! Servet stellt sich seinen Ängsten Nach der Hochzeit kommen die Flitterwochen. Loredana träumt von Thailand. / Haralds 65. Geburtstag **22.20** #CoupleChallenge – Das stärkste Team gewinnt Der Trüdeltrupp **0.20**

NITRO NITRO

16.35 M*A*S*H **18.25** Immer wieder Jim **19.10** Hör' mal, wer da hämmert! **20.15** ★★ Die letzte Legion. Abenteuerfilm, GB/I/F/TUN 2007 **22.10** ★★ Seventh Son. Actionfilm, USA/GB/CDN/RC 2014

RTL UP

9.35 Blaulicht Report **12.30** Das Familiengericht **15.00** Blaulicht Report **17.40** Das Strafergericht **20.15** Die Versicherungsdetektive **22.10** Anwälte der Toten – Verbrechen, die Deutschland bewegten **1.40** Teleshop

PRO 7

12.50 How I Met Your Mother **13.20** The Middle **13.45** Young Sheldon **14.10** Two and a Half Men **15.35** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** Aktuell **18.10** Die Simpsons **19.05** Galileo

20.15 Germany's Next Topmodel – by Heidi Klum Castingshow Jury: Heidi Klum, Baptiste Giabiconi **22.55** Dr. Rick & Dr. Nick – Die Schönheits-Docs **0.55** Germany's Next Topmodel – by Heidi Klum ProSieben: newstime **3.00** Dr. Rick & Dr. Nick – Die Schönheits-Docs **3.05**

GOLD SAT1 GOLD

12.55 Die Waltons **13.45** Unsere kleine Farm **15.30** Mord ist ihr Hobby **17.15** Cold Case **18.55** K 11 **20.15** Navy CIS: New Orleans Endstation Mord / Befehl ist Befehl **22.00** Blue Bloods – Crime Scene New York Öl ins Feuer **22.55** Navy CIS: New Orleans Krimiserie **0.25** Blue Bloods – Crime Scene New York Krimiserie **1.05** Richter Barbara Salesch

MAXX

12.50 Storage Wars **16.50** One Piece **17.40** Dragonball **18.30** One Piece: Fish-Man Island Saga **18.55** Detektiv Conan **19.20** Futurama **19.50** Family Guy **20.15** Two and a Half Men **21.05** United States of AI **22.10** Raw

SIXX SIXX

8.00 Seattle Firefighters **8.55** Charmed **10.40** Grey's Anatomy **12.25** Hart of Dixie **13.15** Gilmore Girls **15.00** Grey's Anatomy **16.45** Charmed **18.30** Elementary **20.15** 9-1-1 Notruf L.A. **22.10** Dr. House

VOX VOX

12.20 CSI: Miami **15.00** Shopping Queen **16.00** Guido Deko Queen **17.00** Zwischen Tüll und Tränen **18.00** First Dates – Ein Tisch für zwei **19.00** Das perfekte Dinner. Kochshow

20.15 Gänsehaut & Glücksgefühle – Europas größte Freizeitparks **22.15** Lege kommt auf den Geschmack Jury: Markus Grimm, Dirk Schulz, Nicole Schenk, Viola Fuchs, Dietmar Schulz, Alexander Schebalin, Gerhard Herzog, Johannes Korbmacher **0.20** VOX Nachrichten

BR BAYERN

17.30 Regional **18.00** Abendschau **18.30** BR24 **19.00** Stationen **19.30** Dahoam ist Dahoam **20.00** Tagesschau **20.15** Münchner Runde Moderation: Christian Nitsche **21.15** Kontrovers **21.45** BR24 **22.00** BR24 Wahl Ohne Kommunen geht nichts – Julian von Löwis unterwegs in Bayern **22.45** Echt – Unsere Jugend **1.50** Zoros Solo Komödie, D 2019

WDR WDR

18.55 Aktuelle Stunde **19.30** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Markt **21.00** Die Tricks mit Brot und Brötchen **21.45** Aktuell **22.15** Selensky – Das entscheidende Jahr? **23.00** Drei Frauen – Ein Krieg. Dok.-Film, D 2022

MDR MDR

18.10 Brisant **18.54** Sandmännchen **19.00** Regional **19.30** Aktuell **19.50** Tierarzt für alle Felle **20.15** exactly **20.45** Fakt ist! **21.45** Aktuell **22.10** Tatort: Herz der Dunkelheit. TV-Krimi, D 2025 **23.40** Ladies Night

KABEL 1

10.10 Navy CIS: L.A. **11.05** Bull **13.00** The Mentalist **13.55** Castle **14.50** Hawaii Five-0 **15.55** Steel Buddies **16.55** Abenteuer Leben **17.55** Mein Lokal, Dein Lokal **18.55** Achtung Kontrolle!

20.15 Glass Mystery-thriller, USA 2019 · Mit James McAvoy, Bruce Willis, Samuel L. Jackson. Regie: M. Night Shyamalan **22.55** Ant-Man and the Wasp Actionfilm, USA 2018 · Mit Paul Rudd, Evangeline Lilly, Michael Douglas. Regie: Peyton Reed **1.10** Glass Mystery-thriller, USA 2019

arte ARTE

18.35 Schildkröten und Wale **19.20** Arte Journal **19.40** Re: Frankreichs Hirten: Gemeinsam für mehr Rechte **20.15** Fallende Blätter Tragikomödie, D/FIN 2023 **TIPP** **21.30** Udo Lindenberg & das Panikorchester: 50 Jahre Rock 'n' Roll in der bunten Republik Dok.-Film, D 2023 **23.00** Falsche Versprechen Drama, F 2021 **TIPP S. 5** **0.35** Der Kampf der Whistleblowerin

DOKU K1 DOKU

8.35 Infomercials **9.35** Pawn Stars **10.00** Australian Gold **17.15** Wettkampf der Waffenschmiede **18.45** Pawn Stars **19.15** American Detective **21.05** On the Case **22.55** Homicide Hunter **1.15** American Detective

NDR NDR

18.00 Regional **18.15** Die Nordreportage **18.45** DAS! Rote Sofa **19.30** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Expeditionen ins Tierreich **21.00** Nachtstreife **21.45** NDR Info **22.00** Die Kanzlei **22.50** Findet Felix

Das Erste ARD

15.10 Sturm der Liebe **16.00** Tagesschau **16.10** Leopard, Seebär & Co. **17.00** Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** Watzmann ermittelt **20.00** Tagesschau

20.15 Faltenfrei TV-Komödie, D 2021 · Mit Adele Neuhauser, Lisa Jopt **21.45** Plusminus **22.15** Tagesthemen **22.50** maischerberger Talkshow **0.05** Tagesschau **0.15** Faltenfrei TV-Komödie, D 2021 **1.50** Das Geheimnis meiner Schwester TV-Drama, D 2007

sat 3SAT

17.45 Terra X: Welten-Saga **18.30** nano **19.00** heute **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau **20.15** Chinas Griff nach Tibet **21.00** Kampf der Supermächte – Wer kontrolliert die Arktis? Erlebnisreisen **21.45** ZIB 2 **22.00** Zero TV-Polit-thriller, D 2021 · Mit Sabin Tambrea, Heike Makatsch, Mona Pirzad **23.55** 10 vor 10 **0.25** Stöckl

one ONE

14.00 Damen. TV-Komödie, D 2026 **15.30** Victoria **17.05** Rote Rosen **18.40** Sturm der Liebe **20.15** Professor T **21.00** Murdoch Mysteries **21.45** Adam Dalgliesh, Scotland Yard **23.20** Professor T **0.55** Murdoch Mysteries

SWR SWR

12.55 Eltern allein zu Haus: Frau Busche. TV-Komödie, D 2017 **14.25** Gefragt – Gejagt **15.10** Hubert o. Staller **16.05** Kaffee oder Tee **18.00** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Doc Fischer **21.00** Die Ernährungsdoks **21.45** Regional

zdf ZDF

15.05 Bares für Rares **16.00** heute – in Europa **16.10** Die Rosenheim-Cops **17.00** heute **17.10** hallo deutschland **18.00** SOKO Wismar **18.54** Lotto **19.00** heute **19.25** Duell der Gartenprofis

20.15 Aktenzeichen XY ... Ungelöst Fahndungsmagazin **21.45** heute journal **22.15** auslandsjournal **23.00** sportstudio UEFA Champions League – Play-offs der K.-o.-Runde, Rückspiele **0.00** Markus Lanz **0.45** heute journal update **1.00** Das fahrende Klassenzimmer – Neuer Job Busfahrer

ORF ORF III

9.05 Politik live. Nationalratsitzung **19.18** ORF III AKTUELL 19.25 Nachrichten in e. S. **19.40** Kultur Heute **20.15** Auf der Turracher Höhe **21.05** Landleben **22.30** Runde der ChefredakteurInnen **23.20** Rubel in Österreich – Die Spur der Oligarchen **0.10** Gold für Putin – Russlands schmutziges Kriegsgeld **1.00** Auf der Turracher Höhe **1.45** Landleben

WDR ZDF NEO

15.40 Suits **17.05** The Rookie **18.30** Bares für Rares **20.15** Wilsberg: Russisches Roulette. TV-Krimi, D 2014 **21.45** Friesland: Asche zu Asche. TV-Krimi, D 2019 **23.10** Aktenzeichen XY ... Ungelöst **0.40** XY gelöst

zdf info

16.15 Wunder der Wissenschaft **18.30** Terra X: Vor der Eiszeit **19.15** Terra X: Sebastian Ströbel **21.00** Terra X Harald Lesch **21.25** Leschs Kosmos **22.55** Alpen in Gefahr **23.40** Bedrohter Amazonas

True Stories Flug MH370 – Verschollen ...

NEU Doku. F 2023 „...über dem Meer – Ein Flugzeug verschwindet“. Am 8. März 2014 bricht der Kontakt zu Flug MH370 von Kuala Lumpur nach Peking mit 239 Menschen an Bord ab. Die Maschine war danach noch stundenlang in der Luft. Wo sie verblieben ist, darüber kann nur spekuliert werden. Alle drei Teile en suite. **ORF 1 | 20.15**

ORF 1

8.10 Die Goldbergs **8.30** Morden im Norden **9.20** Mehr Fußball – Die UEFA Champions League Highlights. Play-offs Rückspiel **9.55** Q1 Ein Hinweis ist falsch **10.35** Gefragt – Gejagt

11.20 Death in Paradise **12.10** Monk **12.55** SOKO Kitzbühel U. a.: Tödliche Wanderung **14.25** Morden im Norden **15.15** Death in Paradise Enttarnt **16.10** SOKO Donau U. a.: Der Tag an dem Penny Lanz starb **17.45** ZIB Flash **17.55** Smart10 – Das Quiz mit den zehn Möglichkeiten **18.45** Q1 Ein Hinweis ist falsch **19.30** Zeit im Bild **19.56** Sport Aktuell **20.02** ZIB Magazin

20.15 True Stories Flug MH370 – Verschollen über dem Meer Ein Flugzeug verschwindet / Unglück oder Vorsatz? / Suche nach Antworten. Doku **TIPP**

23.14 Eurodreams **23.20** Blue Bloods – Crime Scene New York Mein ist die Rache. Krimiserie Eine Fälle von ähnlichen Morden an jungen Frauen weisen auf einen Serientäter hin. Danny und Baez lassen sich von dem Psychiater Dr. Leonard Walker ein Profil des Gesuchten erstellen.

0.05 Good Trouble Byte Club. Drama-Serie · Mit Maia Mitchell, Cierra Ramirez **0.45** All American Das süße Leben / Die Crenshaw-DNA Dramaserie **2.05** True Stories Doku **4.50** Die Goldbergs Beverly im Schönheitsrausch

ORF 2

9.30 Silvia kocht **9.55** Paul Kemp – Alles kein Problem **10.45** Erlebnis Österreich **11.10** Wege der Genüsse **11.35** Österreich-Bild. Notruf Niederösterreich – vom Alarm zum Einsatz

12.00 kreuz & quer reportage Witterschau **12.40** ZIB **13.00** Aktuell nach eins **13.30** Silvia kocht **14.05** Sturm der Liebe **15.35** Die Rosenheim-Cops Der Tote im Gefrierfach. Krimiserie **16.20** Hinter den Schlagzeilen **17.05** Aktuell nach fünf **17.30** Studio 2 **18.30** konkret **18.51** infos & tips **19.00** Bundesland heute **19.30** Zeit im Bild **19.56** Sport Aktuell **20.05** Seitenblicke

20.15 Die Rosenheim-Cops Ein Fall von Anglerlatein Krimiserie · Mit Dieter Fischer, Igor Jeftic. „Es gabat a Leich“: Der Mord am Rosenheimer Knödelkönig Heise stört die morgendliche Kaffeerunde von Stadler & Co. – es muss dringend ermittelt werden.

21.05 Am Schauplatz Alleingelassen Reportage **22.00** ZIB 2 **22.30** Eco Doku **23.05** Philosophisches Forum Wollen wir ewig leben? Talkshow **TIPP**

0.35 Faltenfrei TV-Komödie, D 2021 · Mit Adele Neuhauser, Henriette Richter-Röhl **2.05** Am Schauplatz **2.55** Eco **3.25** Die Rosenheim-Cops Krimiserie **4.10** Seitenblicke **4.15** Hinter den Schlagzeilen

ATV ATV

5.45 Danni Lowinski. Teenagerliebe **6.25** Der letzte Bulle. Die Zukunft / Die letzte Runde / Der Weihnachtsmann ist tot **9.00** MediaShop **11.05** Der letzte Bulle. Überlebenstraining

12.00 Treffpunkt Österreich zu Mittag **13.15** Bull Die richtige Antwort **14.05** The Mentalist Der beste Freund **15.00** The Mentalist Der Geschmack des Todes **15.55** Hawaii Five-0 Räuber und Gendarm **16.55** Hawaii Five-0 Professor Danno **17.55** The Mentalist Code Red. Krimiserie **18.50** The Mentalist Kleopatras Ring Krimiserie **19.50** Treffpunkt Österreich

20.15 Mein Gemeindebau Doku-Soap **21.20** Forsthaus Rampensau Germany Reality-Soap **22.20** Teenager werden Mütter Reality-Soap **23.35** Mein Gemeindebau Doku-Soap **0.35** Forsthaus Rampensau Germany Reality-Soap **1.30** Reif für die Liebe **2.20** Alles Liebe

ATV// ATV2

11.55 Verliebt in Berlin **12.20** Spreewaldklinik **13.00** Charmed **16.25** Desperate Housewives **18.15** Gilmore Girls **20.15** *** The Tomorrow War. Actionfilm, USA '21 **22.55** *** X-Men: Apocalypse. Sci-Fi-Film, USA '16

ORF SPORT +

19.45 Alpin Rodel Weltcup 2026 **20.00** Sport **20.15** Ohne Grenzen **20.45** FIFA World Cup 2026 Preview **21.10** Outdoor Sports Show **21.40** Olympische Winterspiele **23.40** Eishockey Vienna Capitals – Moser Medical

Philosophisches Forum Wollen wir ewig ...

Talkshow. Ö 2026 „...leben?“: Die Steigerung der Lebenserwartung ist ein Ziel, in das aktuell Tech-Milliardäre wie Peter Thiel sehr öffentlichkeitswirksam investieren. Prof. Dr. Konrad Paul Liessmann und Moderatorin Barbara Stöckl diskutieren mit verschiedenen Expert*innen den Stand der Forschung. **ORF 2 | 23.05**

PULS 4 PULS 4

5.30 Café Puls **12.00** Treffpunkt Österreich zu Mittag **13.00** MediaShop **15.10** The Big Bang Theory. Das Vorzeichen-Dilemma **15.35** The Big Bang Theory Das Lalita-Problem. Sitcom

16.00 The Big Bang Theory Der Cooper-Hofstadter-Antagonismus / Loobensfelds Netz der Lügen / Alles fließt / Das Jerusalem-Projekt / Super Bowl für Physiker **18.15** Two and a Half Men Noch eine Nacht mit Neil Diamond **18.42** Puls 4 Aktuell **18.55** Two and a Half Men Die Unterwäsche der Stars **19.20** Two and a Half Men Backen mit Oma **19.50** Two and a Half Men Charlies Tochter

20.15 Aladdin Abenteuerfilm, USA 2019 · Mit Will Smith, Mena Massoud, Naomi Scott **22.50** Die Mumie Abenteuerfilm, USA 1999 · Mit Brendan Fraser, Rachel Weisz, John Hannah **1.10** Die Mumie kehrt zurück Abenteuerfilm, USA 2001 · Mit Brendan Fraser

PULS 24

14.15 Die Reportage **15.55** Mein Recht! Ich geb' nicht auf! **17.50** Putsch am Bau **19.50** Treffpunkt Österreich **20.15** Wohnzimmer Ottakring **22.10** Wega – Die Spezialeinheit der Polizei **0.05** Das Böse im Blick

phoenix

17.30 Der Tag **18.00** Aktuelle Reportage **18.30** Die Kennedy-Saga **20.00** Tagesschau **20.15** Dokumentation **21.00** phoenix runde **21.45** heute journal **22.15** Dokumentation **23.00** Der Tag **0.00** phoenix runde

SERVUS SERVUS TV

5.25 Bares für Rares. Show **6.00** Das Wetterpanorama bei ServusTV. Doku **9.25** Die Welt der Raubkatzen. Tödliche Eleganz. Doku **10.20** Man vs. Time – Im Wettlauf mit der Zeit. Highway. Doku

11.10 Ancient Aliens – Unerklärliche Phänomene Außergewöhnliche Hinweise **12.00** TM Wissen Reaktorunfall als Härtetest – Roboter sollen retten, wo Menschen sterben würden **13.00** Mein Leben – Kalte Winter und heiße Busserl **14.00** Servus um 2 **15.05** Bares für Rares **17.00** Quizjagd **18.05** Servus am Abend **18.30** Bares für Rares **19.20** Servus Nachrichten **19.35** Quizmaster

20.15 UEFA Europa League **LIVE** Play-Offs **23.15** UEFA Europa League **LIVE** Highlights des Spieltags – Play-Offs **23.45** Talk im Hangar-7 **1.00** China – Ein uraltes Königreich der Natur **2.00** Talk im Hangar-7 **3.10** Ancient Aliens – Unerklärliche Phänomene **3.50** BilderWelten Doku **4.35** Quizjagd Quizshow

KIKA KIKA

17.00 Kinder a. d. Mönchsweg **17.25** Schlümpfe **17.50** Wickie **18.10** Grisu **18.35** Werkel-Ferkel **18.50** Sandmännchen **19.00** Die Borger **19.25** Dein Song 2026 **19.50** logo! **20.00** KiKA Live **20.10** Checkpoint **20.35** Tanoshii

Disney DISNEY

17.20 Bluey **18.10** Miraculous **18.55** Big City Greens **19.15** Modern Family **20.15** *** Das erstaunliche Leben des Walter Mitty. Abenteuerfilm, USA 2011 **22.30** *** Cool Runnings. Komödie, USA 1993

SAT.1

5.35 Lenßen übernimmt. Reality-Soap **6.00** Café Puls **9.00** MediaShop **11.00** Richter Alexander Hold. Mein Mann, der Superstar **12.00** Richter Alexander Hold. Der bekiffte Vampir

13.00 Richter Alexander Hold Ärger in der Nobel-Kita **14.00** Auf Streife Der Schlappschwanz **15.00** Auf Streife Auf die Jungs ist Verlass **16.00** Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt **17.00** Notruf **17.30** Notruf **18.00** Lenßen hilft **18.30** Lenßen hilft **19.00** Die Landarztpraxis Wendepunkt Dramaserie **19.50** Treffpunkt Österreich

20.15 Hast du Töne? Quizshow. Moderation: Matthias Opendhövel **23.00** Hits! Hits! Hits! – Die Erfolgsformeln der Musikmacher Dokumentation **0.00** 99 – Wer schlägt sie alle? Moderation: Panagioti Petridou **2.30** Hast du Töne? **4.30** Auf Streife – Die Spezialisten

SUPER RTL

15.25 Die Tom und Jerry Show **15.45** Woosle Goozle **16.15** Willkommen bei den Louds **17.35** Grizzly & die Lemminge **17.55** ALVINNN!!! **18.55** Voll zu spät! **19.45** Die Thundermans **20.15** CSI: Miami **0.55** Teleshop

TELE 5

7.55 Infomercial **15.10** King of Queens **16.10** Star Trek – Deep Space Nine **18.10** Raumschiff Voyager **20.15** *** Heist – Der letzte Coup. Krimi, USA 2001 **22.25** * Sniper: Reloaded. Actionfilm, SA/USA/D 2011

NANO Talk Neues Sprechen – Wie uns ...



NEU Talkshow. D 2026 „... unsere Sprache verrät“. Worte sind mehr als Kommunikation – sie aktivieren neuronale Netzwerke, lösen Stress oder Entspannung aus und formen unser Denken. **Stephanie Rohde** diskutiert mit Gästen, wie Politik und Werbung den „Framing-Effekt“ nutzen, um Stimmungen zu erzeugen. **3SAT | 21.00**

Radio Wien Klubkonzert Viktor Gernot & ...



NEU Konzert. Ö 2026 „... His Best Friends – Time To Say Goodbye“. 1988 begann Viktor Gernot, mit seiner Band neben Eigenkompositionen Lieder des Great American Songbook, Broadway Tunes, Jazzstandards und Traditionale Popsongs zu spielen. Nun wurde dieses Potpourri ein letztes Mal zelebriert. **ORF III | 23.30**

RTL

15.00 Barbara Salesch **15.55** Ulrich Wetzels **17.00** Ulrich Wetzels – Das Jugendgericht **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** UEFA Europa League: VfB Stuttgart – Celtic Glasgow

PRO 7

12.50 How I Met Your Mother **13.20** The Middle **13.45** Young Sheldon **14.10** Two and a Half Men **15.35** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** Aktuell **18.10** Die Simpsons **19.05** Galileo

VOX

9.35 News **9.40** CSI **12.20** CSI: Miami **15.00** Shopping Queen **16.00** Guidos Deko Queen **17.00** Zwischen Tüll und Tränen **18.00** First Dates – Ein Tisch für zwei **19.00** Das perfekte Dinner

KABEL 1

10.10 Navy CIS: L.A. **11.05** Bull **12.55** The Mentalist **13.50** Castle **14.50** Hawaii Five-0 **15.55** Steel Buddies **16.55** Abenteuer Leben **17.55** Mein Lokal, Dein Lokal **18.55** Achtung Kontrolle!

Das Erste ARD

15.10 Sturm der Liebe **16.00** Tagesschau **16.10** Leopard, Seebär & Co. **17.00** Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** In aller Freundschaft **20.00** Tagesschau

ZDF

15.05 Bares für Rares **16.00** heute – in Europa **16.10** Die Rosenheim-Cops **17.00** heute **17.10** hallo deutschland **18.00** SOKO Stuttgart **19.00** heute **19.25** Notruf Hafenkante. Kalter Entzug

20.45 UEFA Europa League: **LIVE** Nottingham Forest – Fenerbahce Istanbul **23.15** Die Stefan Raab Show **0.00** RTL Nachtjournal **0.35** CSI: Miami Ein verhängnisvolles Angebot / Asche zu Asche / Mörderisches Puzzle. Krimiserie **3.05** CSI: Den Tätern auf der Spur Krimiserie

20.15 Germany's Next Topmodel – by Heidi Klum Castingshow Jury: Heidi Klum, Nadja Auermann, Armin Morbach, Kilian Kerner **23.00** Germany's Next Topmodel – by Heidi Klum Gastjuror: Baptiste Giabiconi **1.25** Forsthaus Rampensau Germany **3.10** ProSieben: newstime

20.15 Fast & Furious 6 ******* Actionfilm, USA 2013 · Mit Vin Diesel, Paul Walker, Dwayne Johnson **22.55** James Bond 007 Jagt Dr. No Agentenfilm, GB 1962 · Mit Sean Connery, Ursula Andress **1.10** VOX Nachrichten **1.30** Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin

20.15 Roadtrip Australien – Drei Spitzenköche auf vier Rädern Abenteuer im Regenwald und am Great Barrier Reef. Doku-Soap **22.20** German Cops Doku-Soap **23.20** Crazy USA U. a.: Die 10 verrücktesten Foodtrends **1.20** German Cops **2.10** Crazy USA

20.15 Der Salzburg-Krimi: Tod am Wolfgangsee TV-Krimi, D/Ö 2025 · Mit Fritz Karl **21.45** Panorama **22.15** Tagesthemen **22.50** Extra 3 **23.35** Dod – Das Leben ist das Ende Kabarettshow **0.20** Tagesschau **0.30** Der Salzburg-Krimi: Tod am Wolfgangsee TV-Krimi, D/Ö 2025

20.15 Der Bergdoktor Verbotene Früchte TV-Drama, D/Ö 2026 **21.45** heute journal **22.15** Maybrit Illner **23.15** Markus Lanz **0.30** heute journal update **0.45** Wendland – Stiller und das große Schweigen TV-Krimi, D 2024 **2.15** Frühling: Mehr als Freunde TV-Melodram, D 2018

RTL ZWEI

17.05 Hartz Rot Gold **18.05** Hartz und herzlich – Tag für Tag Rostock **19.05** Berlin – Tag & Nacht **20.15** Reeperbahn Privat! Das wahre Leben auf dem Kiez Ausmistern auf dem Kiez: Domina Manuela und Prostituierte Kitty verkaufen auf dem Flohmarkt **22.15** Hartes Deutschland – Leben im Brennpunkt **0.15** #CoupleChallenge – Das stärkste Team gewinnt

GOLD SAT1 GOLD

12.55 Die Waltons **13.50** Unsere kleine Farm **15.30** Mord ist ihr Hobby **17.15** Cold Case **18.55** K 11 **20.15** Praxis Dr. Dreesen – Ein Hof für Tiere Doku-Soap. U. a.: Eine ungewöhnliche Dufttherapie soll Doggenbaby Emmy helfen. **23.10** Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt **0.50** Richterin Barbara Salesch **3.00** Richter Alexander Hold

BR BAYERN

17.30 Regional **18.00** Abend-schau **18.30** BR24 **19.00** mehr/wert **19.30** Dahoam is Dahoam **20.00** Tagesschau **20.15** quer schlachthof **21.00** BR24 **21.45** Ringlsetter Retro **22.00** Capriccio **22.45** Kommissar Wisting: Jagdhunde (2/5) TV-Krimi, N 2019 **23.15** Kommissar Wisting: Jagdhunde (3/5) TV-Krimi, N 2019 **0.00** Puls Starttrampe **0.45** Puls Festivalheimat **1.15** Dahoam is Dahoam **2.15**

arte ARTE

17.50 Meister der Jagd am Great Barrier Reef **19.20** Arte Journal **19.40** Re: Not my king – Zweifel an Charles **20.15** Afrikas Schlangen – Giftig und gefährlich **20.55** Australiens Schlangen – Giftig und gefährlich **21.40** All the Sins **21.40** Kuba & Alaska Dok.-Film, B/F/UKR 2024 Regie: Yegor Troyanovsky **1.30** Kurzschluss – Das Magazin **2.25** What Mary Didn't Know

3sat 3SAT

15.00 unterwegs **15.40** unterwegs **18.30** nano **19.00** heute **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau **20.15** Immer mehr Wut – Warum sind wir so aggressiv? **21.00** NANO Talk Neues Sprechen – Wie uns unsere Sprache verrät **TIPP** **22.00** ZIB 2 **22.25** auslandsjournal extra **22.55** Wenn Ärzte Fehler machen **23.40** Weltweit **0.20** 10 vor 10

ORF III ORF III

16.15 Das Erbe der Guldenburgs **19.18** AKTUELL **19.25** Nachrichten in einfacher Sprache **19.40** Kultur Heute **20.15** Bergsteigerdörfer in Salzburg: Vom Leben in Weißbach bei Lofer und Hüttenschlag **21.05** Bergsteigerdörfer in Tirol – Vent im Ötztal und Ginzling im Zillertal **21.55** Die Tafelrunde **23.00** Pension Schöllers **23.30** Radio Wien Klubkonzert **TIPP** **0.45** Fernsehen wie damals

NITRO NITRO

15.45 Immer wieder Jim **16.35** M*A*S*H **18.30** UEFA Europa League: VfB Stuttgart – Celtic Glasgow **20.45** UEFA Europa League: Nottingham Forest – Fenerbahce Istanbul **0.00** Anwälte der Toten

MAXX

12.50 Storage Wars **16.50** One Piece **17.40** Dragonball **18.30** One Piece: Fish-Man Island Saga **18.55** Detektiv Conan **19.20** Futurama **19.50** Family Guy **20.15** Inside The Simpsons **22.00** NXT **23.40** Die WWE-Schatzjäger

WDR WDR

18.15 Servicezeit **18.45** Aktuelle Stunde **19.30** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Gesundheitskompass **21.00** Mein Körper. Meine Zähne **21.45** Aktuell **22.15** Frau tv **22.45** Splitter aus Licht. Dok.-Film, D/UKR 2025

DOKU K1 DOKU

9.40 Enthüllt: Geheimnisse der Meere **17.15** Wettkampf der Waffenschmiede **18.45** Pawn Stars **20.15** Cold Case Files **21.05** Verscharrt & vergraben **22.40** Australia's Most Dangerous Prisoners **0.10** Murder Nation USA

one ONE

15.30 Victoria **17.05** Rote Rosen **18.40** Sturm der Liebe **20.15** Sauerkrautkoma. Krimikomödie, D 2018 **21.45** Mord mit Aussicht **23.20** Amerikanische Fiktion. Tragikomödie, USA 2023 **1.10** Mord mit Aussicht

neo ZDF NEO

17.05 The Rookie **18.30** Bares für Rares **20.15** The Rookie **21.35** heute-show **22.15** Neo Social Club mit Laura Larsson **22.45** Böhmische Bräuterei mit Iris Berben **23.15** Maikthinx X – Die Show **23.45** Neo Ragazzi

RTL UP

9.35 Blaulicht Report **12.30** Das Familiengericht **15.00** Blaulicht Report **17.40** Das Strafgericht **20.15** Barbara Salesch – Das Strafgericht **22.00** Ulrich Wetzels **23.50** Barbara Salesch – Das Strafgericht **1.25** Ulrich Wetzels

SIXX SIXX

8.00 Seattle Firefighters **8.55** Charmed **10.40** Grey's Anatomy **12.20** Hart of Dixie **13.15** Gilmore Girls **15.00** Grey's Anatomy **16.45** Charmed **18.35** Elementary **20.15** Castle **22.10** Criminal Minds **23.55** Castle

MDR MDR

18.05 Wetter für 3 **18.10** Brisan **18.54** Sandmännchen **19.00** Regional **19.30** Aktuell **19.50** MDR Garten **20.15** Visite **21.15** artour **21.45** Aktuell **22.10** Nicht gesellschaftsfähig **22.40** Ich werde von einer KI therapiert

NDR NDR

18.45 DAS! Rote Sofa **19.30** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Oase Siwa **21.00** Jenseits von Safari **21.45** NDR Info **22.00** Der Irland-Krimi: Der Preis des Schweigens. TV-Krimi, D 2022 **23.30** Großstadtrevier

SWR SWR

12.55 Die Hochzeit meiner Schwester. TV-Liebeskomödie, D 2014 **14.25** Gefragt – Gejagt **15.10** Hubert ohne Staller **16.05** Kaffee oder Tee **18.00** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Regional **2.10** Kaffee oder Tee

zdf info

7.00 Crypto-Crime **7.45** Die smarten Verführer **11.15** Globalisierung. Dok.-Film, D 2024 **12.45** Mythos **18.45** Fehlurteile und ihre Opfer **19.30** Mörderische Wahrheit **20.15** Tödliche Codes **22.30** Ermittler! **0.45** heute journal

EXPERTENTIPP!

Abnehmblockade? Schluss mit dem Stillstand!

Kerstin Huber, MSc
Ernährungswissenschaftlerin
und Abnehmexpertin



Sie haben sich schon durch Diäten gequält – von Low Carb bis Intervallfasten – und trotzdem bleibt das Gewicht? Das ist oft das entscheidende Signal: **Nicht Ihr Wille versagt, sondern Ihr Stoffwechsel bremst.** Ist er im Sparmodus, blockiert er jede Abnahme – ganz gleich, wie diszipliniert Sie sind.

Bei easylife lösen wir diese Blockade gezielt, auf natürliche Weise. Dann reagiert Ihr Körper wieder, verbrennt effizient Fett und die Kilos schwinden rasch und nachhaltig – egal, ob Medikamente, hormonelles Ungleichgewicht oder einseitige Ernährungsweisen in der Vergangenheit ihn geschwächt haben. Und das ohne Hungern oder Sport. **Zeit, dass Ihr Körper wieder für Sie arbeitet!**

GUTSCHEIN STOFFWECHSEL- ANALYSE



Erfahren Sie, wie es um Ihren Stoffwechsel steht und warum Sie bisher nicht abnehmen konnten. **AKTION BIS 31.3. 2026 – NUR GÜLTIG MIT GUTSCHEIN!**

**Jetzt
nur 19€
statt 59€**

Stoffwechselturbo zünden, erfolgreich abnehmen!

Sie haben viel probiert, Ihr Wunschgewicht aber bislang nicht erreicht? Ein träger Stoffwechsel könnte die Ursache sein.





**-27 KG
IN NUR
22 WOCHEN**

-21 cm Taille
-21 cm Bauch

„Mit jedem Kilo weniger, wurden auch meine Knieschmerzen weniger. Ich bin viel aktiver.“

Georg Watz
63, aus Piesting



ORIGINAL
FOTOS

Mehr Infos und Erfolgsgeschichten finden Sie auf www.easylife.at



**-36 KG
IN NUR
16 WOCHEN**

-25 cm Taille
-31 cm Bauch
-12 cm je Oberschenkel

„Nach nur 4 Wochen hatte ich schon 11 Kilo weniger und in diesem Tempo ging es weiter!“

Sonja Perr
53, aus Gneixendorf



Die bewährte easylife-Therapie setzt genau dort an, wo die Basis für erfolgreiches Abnehmen geschaffen wird: ein einzigartiges Ernährungskonzept bringt Ihren Stoffwechsel wieder in Schwung und überflüssige Kilos zum Schmelzen – sogar an den hartnäckigsten Stellen.

**Abnehmen dank Stoffwechsel-
therapie funktioniert:**

✓ ohne Hungern
✓ ohne Sport

✓ ohne Jo-Jo-Effekt
✓ ohne Shakes/Kapseln



Unsere Abnehm-Expertinnen begleiten Sie persönlich auf Ihrem Weg zur Wohlfühlfigur – und dank der speziellen Nachsorge bleibt Ihr Erfolg dauerhaft.

LIMITIERTE PLÄTZE! Schnell anrufen und unverbindlichen Beratungstermin vereinbaren: ☎ Mo-Fr: 7-18 Uhr

01 / 503 13 71
Wien 1, Schottenring 35

02236 / 37 99 99
Brunn/Gebirge, Campus 21

02622 / 25 200
Wr. Neustadt, Dr. St. Koren Str. 8

0316 / 25 33 88
Graz, SC Seiersberg

0662 / 87 46 91
Salzburg, Sterneckerstr. 33

01 / 2561 666
Wien 22, Liebigasse 3

02742 / 26 742
St. Pölten, Traisenpark

0732 / 670 999
Leonding, am Harter Plateau

03842 / 44 0 88
Leoben, LCS

0463 / 51 11 66
Klagenfurt, Feldkirchner Str. 138

NEU!