

20.2. - 26.2.

tele

DAS ÖSTERREICHISCHE FERNSEH-MAGAZIN

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



Vorsatz für 2026
Abnehmen und
wohlfühlen



Seite 2

WERBUNG

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.“



Caroline Athanasiadis, Elton und Luca Hänni als KommentatorInnen-Panel

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. ■



Alice Tumler,
Cesár Sampson

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

DIE SHOW

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



Unter anderen Umständen Das Mädchen ...

NEU TV-Krimi. D 2026 ohne Namen". Über ihr zugestckte 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 –
Wolfsmord

SERVUS TV NEU

BEKANNTES 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, verstört 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-Herrschler Ion, Sabin Tambrea als dessen Sohn Quito und Emily Kusche als Maggies verheimlichte Tochter Vera. Je zwei Folgen sonntags.

ARD | SO | 22.05



Die Notärztin (1/13|2) Grenzen

NEU Dramaserie. D 2026 Auftakt zur zweiten Staffel: Dramatischer Einsatz für die Notärztin Nina Haddad (Sabrina Amalii) 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 Rohrers 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 nächstentags im Krankenhaus wieder über den Weg laufen, in dem Marie Theres arbeitet und sich Fas störri sche Mutter zur Kontrolle befindet. Alles keine Situationen, in denen der Funke so richtig überspringen kann – zumal Marie Thereses Tochter Anna (Allegra Tinnefeld) 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. ■



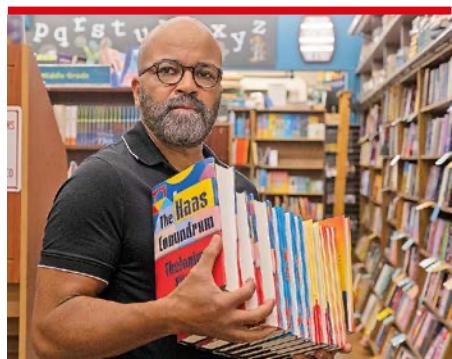
MO | 2015

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 Ehrennamen „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

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? **★★★★★ NIVEAU**
bekommt? Regie: **Thomas Kruithof.** **ARTE | MI | 23.00** **★★★★★ SPASS**
★★★★★ THRILL
★★★★★ ACTION

Wie lautet das Lösungswort?

Stadt in Kata- lonien (Spanien)	▼	Geflü- gelpro- dukt	▼	brit. Pop- Musiker (Chris)
russ.- chines. Grenz- fluss	2			
Prag in der Landes- sprache		Doppel- vokal	►	
►				
Vorfahr	►			alkohol. Getränk
dt.: Lauch		Vor- läufer der EU	►	
►	4			
►				
sich durch nichts abbringen lassend		Abk.: inter- national	►	

tele.gt/kino

sich durch nichts abbringen lassend

Aus: ChessBase Hamburg, Schachsoftware für PC, www.chessbase.de

Farbsudoku knifflig

Klimkowski – Predke Eforie-Nord, 2025 **Wie gewann Schwarz entscheidend Material?**

**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.Tb8 3 De2+
36.Kg1 Dxe1#] 34...La3
35.Taxa3#] **1-0****

tele-Partie

C	H	■	P	B	■
A	E	D	ROGER		
F	L	Y	N	T	U
A	E	R	M	A	D
M	I	R	R	E	E
RAKETE	M	■	MAUSS		
ROTER	OPEC	■	ELBA		
ESTRICH	T	RIEBEN			
STEAK	NICO	RANI			

brasil. Musiker: Gilberto ...	afrikan. Anti- lopen- art	▼	Kopie, Durch- schlag	Abk.: Brutto- inlands- produkt
▶	▼		un- getrübt	▼
Halbaffe Madagas- kars	▶	3		
Taran- tino- Film: ... "Fiction"	▶			
österr. Nachrich- tenagen- tur (Abk.)	▶			Sinnes- organ
Rolle von Angelina Jolie: ... Croft	▶			▼
			Betriebs- system (engl. Abk.)	▼
	Strudel, Strömung	▶	5	
Loch- Ring	▶			1

1
2
3
4
5
6
7

philipp Hübner, www.puzzlesphil.com

Philipp Hübner, www.puzzlephil.com

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.

Sudoku	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

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

Kikagaku

 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 Kassandra
19.05 Contra. Thomas Maurer – „Im fal-
schen Film“ **19.30 Opernabend – Salzburger
Mozartwoche 2026.** Wolfgang Amadeus
Mozart: „Die Zauberflöte“ **Sonntag 11.03**
Matinee. Rattle dirigiert Schumann & Stra-
winsky. Robert Schumann: Symphonie Nr. 2
C-Dur op. 61; Igor Strawinsky: Der Feuervo-
gel **14.05 Menschenbilder.** Dimitri Dinev,
Schriftsteller **19.05 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 Andrichowytch präsentieren die „Ukrainische Bibliothek in deutscher Sprache“. **Donnerstag 15.30 Moment.** Respektvoll Kritik üben **19.30 Das Ö1 Konzert.** Lahav Shani am Pult der Münchener Philharmoniker. U. a.: Henri Dutilleux: Violinkonzert „L'arbre des songes“; Michael Seltzreich: The Prisoner's Dilemma; Paul Ben-Haim: Symphonie Nr. 1



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

Dramaserie. UK 2026 Die neue Serienadaption 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 Babypuppe 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 verklemt 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 (Vedant 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 EuroMillions 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 EuroMillions Superpot des Jahres auf dem Programm, und das heißt, dass die Gewinnsumme für „5 plus 2 Richtig“ 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 Wettschein ankreuzt oder Quicktipps spielt, der erhält einen Gratistipp zusätzlich. EuroMillions 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 Türkis-

Teigschiffchen mit Spinat, Käse & Kräutern

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

Zutaten für den Teig:

$\frac{1}{2}$ 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



HIRSCH-HAUSEN UND DER ZUCKER
Mo., 23. 2. | 20:15 Uhr
ARD 1

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

tele GEWINNSPIEL

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

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

WEIGL
Liftsysteme

Treppenlifte

Österreichischer Marktführer



Neu,
gebraucht
oder zu
mieten!

Homelifte

Österreichische Produktion



www.weigl.at

Wir beraten Sie gerne vor Ort oder in einem unserer Schauräume 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 Spiel-filmlänge: 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 ORF 1

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

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

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

17.50 **LIVE** **XXV. Olympische Winterspiele** Eishockey Halbfinale Herren, 2er Bob Damen

18.30 **LIVE** **XXV. Olympische Winterspiele** Olympia Studio

19.00 **LIVE** **XXV. Olympische Winterspiele** 2er Bob Damen, Freestyle Halfpipe Herren, Curling

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

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

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

23.40 **LIVE** **XXV. 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 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**

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**

15.05 **The Mentalist**

15.55 **Hawaii Five-0**

16.55 **Hawaii Five-0**

17.55 **The Mentalist**

18.50 **The Mentalist**

19.50 **Treffpunkt Österreich**

The Suicide Squad **★★**



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

ORF 1 ORF 1

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

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

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

17.50 **LIVE** **XXV. Olympische Winterspiele** Eishockey Halbfinale Herren, 2er Bob Damen

18.30 **LIVE** **XXV. Olympische Winterspiele** Olympia Studio

19.00 **LIVE** **XXV. Olympische Winterspiele** 2er Bob Damen, Freestyle Halfpipe Herren, Curling

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

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

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

23.40 **LIVE** **XXV. 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 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**

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**

15.05 **The Mentalist**

15.55 **Hawaii Five-0**

16.55 **Hawaii Five-0**

17.55 **The Mentalist**

18.50 **The Mentalist**

19.50 **Treffpunkt Österreich**

PULS 4 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

11.40 **The Big Bang Theory**

12.00 **Die russische Widerlegung** / Die Theorie-Trauer / Die Paintball-Partnertkrisen / Der Fortpflanzungs-Vorschlag / Der Nobelpreis-Diebstahlversuch / Die Bewegungsmelder-Belästigung. Sitcom

13.15 **Two and a Half Men**

14.10 **Men** Arm, aber schön. Sitcom

15.05 **Puls 4 Aktuell**

15.55 **Two and a Half Men**

16.55 **Men** Die Paparazzi-Falle / Ein-Ei-Johnson / Willkommen auf Alancrest

17.55 **ServusTV**

SERVUS SERVUS TV

5.55 **Servus Wetter 6.00** Das Wetterpanorama bei ServusTV **8.35** Hoagasch. Iatz klumperets – Imster Fasnacht **9.05** Die Gruaberin. Kabarettschow **9.55** Talk im Hangar-7. Talkshow

11.10 **Ancient Aliens – Unerklärliche Phänomene**

12.00 **Das Mysterium um Mount Shasta**

13.00 **Heimaleuchten Bella Cortina – Triumphe und Traditionen**

14.00 **Servus um 2**

15.05 **Bares für Rares**

15.50 **Bares für Rares**

17.00 **Quizjagd**

18.00 **Servus am Abend**

18.30 **Bares für Rares**

19.20 **Servus Nachrichten**

19.55 **Quizmaster**

SAT.1 SAT.1

5.05 Auf Streife. Auto klaen, 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**

17.00 **Notruf Stromschlag in der Kirche**

17.30 **Go! Das Motormagazin**

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

19.00 **Die Landarztpraxis** Mitgefühl

19.50 **Treffpunkt Österreich**

ATV// ATV2

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 **Geheimtsache 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.

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**

PULS 24

11.55 **Verliebt in Berlin**

12.20 **Die Spreewaldklinik**

13.00 **Charmed**

16.25 **Desperate Housewives**

18.15 **Gilmore Girls**

20.15 **Wunder**

22.25 **Good Will Hunting**

22.25 **Melodram, USA 1997**

22.25 **Verbrechen**

phoenix

14.45 **ATV – Die Reportage**

15.45 **Mein Recht! Ich geb' nicht auf!**

17.40 **Pfusch am Bau**

19.35 **Wirtschaft**

19.50 **Treffpunkt Österreich**

20.15 **Ungelöst – Cold Case Austria**

22.10 **Österreichs schockierendste Verbrechen**

KIKA KIKA

17.00 **Wir Kinder aus dem Mönwenweg**

17.25 **Die Schlümpfe**

17.50 **Wickie**

18.10 **Grisu**

18.35 **Die Werkel-Ferkel**

18.50 **Sandmännchen**

19.00 **Die Borger**

19.30 **Fünf Freunde**

20.15 **Abenteuerfilm, D 2014**

20.15 **Die Gruberin**

20.20 **So feiern wir**

25.00 **TM Wissen**

SUPER RTL

17.10 **Grizzy & die Lemminge**

17.55 **ALVINNN!!!**

18.55 **Voll zu spät!**

19.45 **Die Thundermans**

20.15 **Während Du schliefst**

20.50 **Liebeskomödie, USA 1995**

22.25 **Manhattan Queen**

22.25 **Komödie, USA 1998**

22.25 **Grizzy & die Lemminge**

22.25 **Die Thundermans**

22.25 **Während Du schliefst**

22.25 **Liebeskomödie, USA 1995**

22.25 **Manhattan Queen**

22.25 **Komödie, USA 1998**

22.25 **Grizzy & die Lemminge**

22.25 **Die Thundermans**

22.25 **Während Du schliefst**

22.25 **Liebeskomödie, USA 1995**

22.25 **Manhattan Queen**

22.25 **Komödie, USA 1998**

22.25 **Grizzy & die Lemminge**

22.25 **Die Thundermans**

22.25 **Während Du schliefst**

22.25 **Liebeskomödie, USA 1995**

22.25 **Manhattan Queen**

22.25 **Komödie, USA 1998**

22.25 **Grizzy & die Lemminge**

22.25 **Die Thundermans**

22.25 **Während Du schliefst**

22.25 **Liebeskomödie, USA 1995**

22.25 **Manhattan Queen**

22.25 **Komödie, USA 1998**

22.25 **Grizzy & die Lemminge**

22.25 **Die Thundermans**

22.25 **Während Du schliefst**

22.25 **Liebeskomödie, USA 1995**

22.25 **Manhattan Queen**

22.25 **Komödie, USA 1998**

22.25 **Grizzy & die Lemminge**

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**

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**

R T L

15.00 Barbara Salesch 15.55
Ulrich Wetzels 17.00 Ulrich
Wetzels – Das Jugendgericht
17.30 Unter uns 18.00 Explor-
siv 18.30 Exclusiv 18.45
Aktuell 19.05 Alles was
zählt 19.40 GZSZ

20.15 Die ultimative Chart
Show – Die erfolg-
reichsten Mitsing-
Hits aller Zeiten
Musikshow. Moderation: Oliver Geissen
0.00 RTL Nachtjournal
0.35 □ CSI: Miami Deine
eigenen Leute /
Endgeschwindig-
keit / Stutzenisse
Krimiserie
2.55 CSI: Den Tätern auf
der Spur Krimiserie

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 Action-
film, USA/D 2004 ·
Mit Tom Jane
0.45 Bullet Proof Action-
film, CDN 2022
2.25 Autopsie – Mysteri-
öse Todesfälle

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

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

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-Fic-
tion-Film, USA 2023
1.35 □ Chaos Walking
★★ Sci-Fi-Film,
USA/CDN/HK/
LUX 2021

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 K 11 – Die neuen Fäl-
le 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 K 11 – Die neuen
Fälle
2.55 Auf Streife

VOX VOX

12.20 CSI: Miami 15.00
Shopping Queen 16.00 Gui-
dos Deko Queen 17.00 Zwi-
schen Tüll und Tränen 18.00
First Dates – Ein Tisch für
zwei 19.00 Das perfekte Din-
ner. Tag 5: Leon, Osnabrück

20.15 □ Goodbye Deutsch-
land! Die Auswanderer
In Los Angeles kämpfen drei deut-
sche Auswandererinnen um ihre Träume.
22.15 □ □ The Commuter Thril-
ller, GB/USA 2017 ·
Mit Liam Neeson,
Vera Farmiga
0.20 VOX Nachrichten
0.40 □ Medical Detec-
tives – Geheimnisse
der Gerichtsmedizin

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 Welpen-
schutz / Anleitung
zum Glücklichsein
21.50 □ BR24
22.05 Auf bairisch g'lacht!
22.50 □ Spiel mir das Lied
★★ vom Tod Italowes-
tern, I/USA 1968 ·
Mit Charles Bronson
1.30 □ Django und Sabata –
★★ Wie blutige Geier
Italowestern, I 1970
2.55 □ Wir in Bayern

KABEL 1

11.05 MacGyver 12.00 Bull
12.55 The Mentalist 13.50
Castle 14.45 Hawaii Five-0
15.55 Steel Buddies 16.55
Abenteuer Leben 17.55 Mein
Lokal, Dein Lokal 18.55 Ach-
tung Kontrolle!

20.15 □ Weiblich. Tödlich.
Sisters in Crime
Doku 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

arte ARTE

18.35 Rumäniens älteste
Gebirgsbahn 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 Django und Sabata –
★★ Wie blutige Geier
Grönland, Überleben
am Rand der Welt
2.45 Cry Wolf (6/8)

1 Das Erste ARD

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

20.15 □ Mord oder Watt?
Die wilde Hilde TV-
Krimi, D 2026 **TIPP**
21.45 □ Tagesthemen
22.20 Morden im Norden
23.10 □ Sportschau Fuß-
ball-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

3 sat 3SAT

18.15 Nano: Depression –
Wie kommt man wieder
raus? 19.00 heute 19.20 Kul-
turzeit 20.00 Tagesschau

20.15 □ Aenne Burda –
Die Wirtschaftswun-
derfrau (2) TV-
Drama, D 2018 ·
Mit Katharina
Wackernagel
21.45 Erlebnisreisen
22.00 □ ZIB 2
22.25 □ Der Pate II Mafia-
film, USA 1974
1.40 10 vor 10
2.05 □ Willkommen
Österreich
3.00 □ extra 3

2DF ZDF

15.15 heute Xpress 15.20
sportstudio-Olympia. Cur-
ling / Eisschnelllauf / Eisho-
crosse 17.00 heute Xpress
17.05 sportstudio-Olympia.
Eisschnelllauf / Eishockey /
Bob 19.00 heute

19.15 □ sportstudio-
LIVE Olympia 14. Wett-
kampftag · U. a.:
Curling / Bob /
Freestyle Ski /
Shorttrack
21.50 □ heute journal
22.05 □ sportstudio-
LIVE Olympia 14. Wett-
kampftag · Eis-
hockey / Shorttrack
23.30 □ heute-show
0.00 □ aspekte
0.45 heute journal update

ORF III 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 ver-
liebt TV-Liebesko-
mödie, 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

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 Doppelhaus-
hälften 23.45 Hysteria! 1.25
Blockbustaz

R T L UP

SIXX SIXX

6.50 Das Jugendgericht 9.35
Blaulicht Report 12.30 Das
Familiengericht 15.00 Blau-
licht Report 17.40 Das Straf-
gericht 20.15 Der Lehrer
22.00 Ritas Welt 22.30 Rita
packt aus – Fun Cut 23.00
Nikola 20.00 Der Lehrer

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 Top-
model 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 Sand-
männchen 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
nordstörte 21.15 Traumhäu-
ser 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 Nachtcafé 23.30 Kurz-
strecke 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 Insid-
er 23.10 Lidl: Die Insider

Superbike – Australian Round



LIVE Superbikes. AUS 2025 Auf Phillip Island startet die Saison 2026. Titelträger Toprak Razgatlıoğlu 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

ORF 1 ORF 1

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

15.45 **LIVE** XXV. Olympische Winterspiele 2026 Mailand Cortina Eis-schnelllauf Massenstart, Curling Spiel um Bronze Damen

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

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

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

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

23.40 **OO** Fußball Bundesliga 20. Runde

0.10 Fußball 2. Liga 18. Runde

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

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

ORF 2 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 Seitenblätter Weekend

14.00 Um Himmels Willen

14.50 Die Alpenklinik – Aus heiterem Himmel TV-Heimatfilm, 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 Seitenblätter

ATV ATV

5.00 Danni Lowinski **5.55** Danni Lowinski **6.35** Media-Shop **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? Dateshow 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 Dateshow

19.50 Adiweiss.TV

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

PULS 4 | 20.15

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

★★★★★

ATV// ATV2

5.40 Verliebt in Berlin **6.10** MacGyver **6.50** MediaShop **10.50** East New York **12.20** MacGyver. U. a.: Entführung im Wolkenkratzer **15.45** Elementary **18.25** Bones **20.15** The Big Bang Theory. U. a.: Die Hochzeitsüberraschung

PULS 4 PULS 4

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

22.25 Die Hochzeit meines besten Freundes Actionfilm, USA 1997 · Mit Julia Roberts, Dermot Mulroney

1.00 Save the Last Dance Tanzfilm, USA 2001

2.35 Step Up: All In Tanzfilm, USA 2014

20.15 The Man from Toronto Actionkomödie, USA 2022

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

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

2.35 Auf Streife Doku-Soap

13.25 Pro und Contra Reportage **14.25** Breaking Media **14.55** Die Reportage **17.25** Adiweiss. TV **17.45** 24 Stunden – Das Unfallkommando

19.40 Heinzel und die VIPs **20.15** Mein Pfusch am Bau **23.05** Mein Recht! Ich geb' nicht auf!

20.15 Mein Pfusch am Bau **23.05** Mein Recht! Ich geb' nicht auf!

13.25 Pro und Contra **14.25** Breaking Media **14.55** Die Reportage **17.25** Adiweiss. TV **17.45** 24 Stunden – Das Unfallkommando

19.40 Heinzel und die VIPs **20.15** Mein Pfusch am Bau **23.05** Mein Recht! Ich geb' nicht auf!

20.15 Miraculous **18.50** Gnomeo und Julia. Animationsfilm, GB/USA 2011

20.15 Finde Nemo. Animationsfilm, AUS/USA 2003

22.10 Die Jagd zum magischen Berg. Abenteuerfilm, USA 2009

20.10 Spellbound Live

KIKА KIKА

15.45 Robin Hood **16.30** Nils Holgersson **17.05** Klincksie **17.50** Wickie **18.10** Grisu **18.35** Die Werkel-Ferkel

18.50 Sandmännchen **19.00** Die Borger **19.25** Checker Tobi **19.50** logo! **20.00** KIKА Live **20.10** Spellbound

21.25 Grüne Zukunft – Helden des Alltags

22.25 Hast du Töne? Quizshow. Moderation: Matthias Opdenhövel

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

1.55 The Voice Kids Castingshow. Moderation: Melissa Khalaj

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**

R T L

12.45 Barbara Salesch **14.45**
Ulrich Wetzels **17.45** Ulrich
Wetzels - Der Ermittlungs-
richter **18.15** Exclusiv am
Samstag **18.45** Aktuell **19.05**
Life - Menschen, Momente,
Geschichten

20.15 2. Bundesliga-Top-
spiel: FC Schalke
04 - 1. FC Magde-
burg
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

RTL ZWEI

5.15 X-Factor **6.00** Infomer-
cial **8.00** Die Wollnys **10.15**
Zuhause im Glück **16.15** Bela-
lia **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 Action-
film, USA/D 2004

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

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

VOX VOX

5.45 CSI: NY **6.30** Criminal
Intent - Verbrechen im
Visier **11.50** Shopping Queen
16.50 Der Hundeprofi - Rütt-
ers Team **17.55** hundekatze-
maus **19.10** Harte Hunde -
Die Urlaubsvertretung

20.15 Stirb langsam **4.00**
★★ Actionfilm,
USA/GB 2007 -
Mit Bruce Willis,
Justin Long,
Timothy Olyphant
22.50 Death Wish Action-
film, USA 2018 -
Mit Bruce Willis,
Vincent D'Onofrio,
Elisabeth Shue
0.55 Medical Detect-
ives - Geheimnisse
der Gerichtsmedizin

KABEL 1

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

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

1 Das Erste ARD

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

20.15 Sportschau:
LIVE Olympische Winter-
spiele Mailand Corti-
na 2026 Moderation:
Stephanie Müller-
Spirra · Freestyle
Halfpipe / ca. 20.40
Eishockey / ca.
21.05 Zweier-
bob / ca. 21.50
Eiskunstlauf
23.00 Tagesthemen
23.25 Bericht vom
Parteitag der CDU

2DF ZDF

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

20.15 Stralsund Jetzt
komm ich! TV-Krimi,
D 2023 **TIPP**
21.45 heute journal
22.00 Der Staats-
anwalt 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

NITRO. NITRO

ZMAXX

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

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 FERNSEHEN 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

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

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

12.20 Giganten unter Was-
ser **13.55** Australian Gold
15.35 Expedition Unknown
17.10 Unerklärliche Phäno-
mene **18.40** Die größten
Gefängnisausbrüche **21.50**
Verborgen im Sand **23.25**
Expedition Unknown

3 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
21.45 Artemis II - Zum
Mond und weiter
22.40 Gipfelsturm
TV-Drama, D 2007
23.40 Die Posthalter-
Christi TV-Heimat-
film, D 2010
1.05 Für immer **30**
TV-Komödie, D 2011

one ONE

18.45 Wieder im Amt - Der
Job seines Lebens 2. TV-
Komödie, D 2004 **20.15**
★★ Down with Love. Lie-
beskomödie, USA/D 2003
21.45 ★ Die nackte Wahr-
heit. Liebeskomödie, USA
2009 **23.15** *** Das ist das
Ende. Komödie, USA 2013

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 Öster-
reich - Februar 1934:
Ausbuch der Gewalt
22.50 Der Traum von
Europa - Das Leben
des Richard Couden-
hove-Kalergi
23.40 Eden für jeden TV-
Komödie, CH 2020
0.45 Luis aus Südtirol -
Die besten Momente

ZDF NEO

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

R T L UP

SIXX SIXX

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

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 Wochenend
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 Musik-
kassette 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** Floh-
markt **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 Schat-
tensarmee **21.15** Gold für
Putin **21.55** Terra X History:
Putins Blutsprudel **0.10** 2000
Meter bis Andriwka. 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 ORF 1

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

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

18.05 **LIVE** Skilegenden Dokumentation Marlies und Benjamin Raich

18.50 **LIVE** XXV. Olympische Winterspiele 2026 Highlights

19.15 **LIVE** **○○** Fußball Bundesliga 20. Runde

19.56 ZIB Flash **20.02** ZIB Magazin Kino

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

23.20 **LIVE** **○○** Alexander

★★ Monumentalfilm, D/USA/NL/F/GB/ 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 **LIVE** Jason Bourne

★★★ Actionfilm, USA 2016 · Mit Matt Damon, Alicia Vikander, Julia Stiles

ORF 2 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 **LIVE** kreuz & quer nah dran **13.00** **ZIB**

13.20 **76. Berlinale**

13.35 **Wir**

14.05 **Aufgetischt**

14.30 Rosamunde Pilcher: Rose of Kerrymore TV-Romanze, D 2001

16.00 **ZIB** **Weg der Genüsse**

16.30 **Erlebnis Österreich**

17.05 **Aktuell nach fünf**

17.30 **Entdeckungsreise**

17.55 **Der Sagenjäger**

18.25 **Österreich-Bild**

19.00 **ZIB** **Bundesland heute**

19.17 **Lotto**

19.30 **ZIB** **Zeit im Bild**

19.56 **ZIB** **Sport Aktuell**

20.05 **ZIB** **Seitenblicke**

20.15 **LIVE** **○○** Tatort

Schmerz. TV-Krimi, D 2026 **TIPP S. 4**

21.50 **ZIB** **2**

22.10 **Das Gespräch mit Susanne Schnabl**

Talkshow

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

Acht Jahrzehnte lang galt der Miss-Italy-Wettbewerb als ernstzunehmende Angelegenheit.

Aus heutiger Sicht schockt die dekorative Rolle der Frau im Fernsehen eher.

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

Musikerporträt

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

Musikerporträt

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** **★★★** U. a.: Das Leben ist kein Musical

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

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 **★★★★★** ACTION

ORF 1 ORF 1

ATV ATV

PULS 4 PULS 4

5.30 Auf Streife **6.15** Knallerfrauen **6.35** Knallerfrauen **7.00** Café Puls **12.00** Café Puls – Der Check **12.30** Knallerfrauen **13.25** The Big Bang Theory. Der Fortpflanzungs-Vorschlag. 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

ServusTV SERVUS TV

8.55 Gottesdienst am Sonntag **10.00** Hoagasch. Iatz klumperets – Imster Fasnacht **10.25** Zeitlos – Schule des Lebens. Skitourenfit 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**

Kärtents wilder Süden – saugut!

19.20 **Servus Nachrichten**

19.35 Auf den Punkt gebracht – Der Pragmaticus

19.45 **Hoagasch**

Zinnknopf trifft Holzschäferl

20.05 **Heinzl und die VIPs**

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 Backbattle der Reality-Stars**

17.20 **Das große Promibacken Show.** Jury: Bettina Schliephake-Burkhardt, Christian Hübner

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

ATV// ATV2

PULS 24

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

20.15 **Roadtrip Australien: Drei Spitzköche auf vier Rädern**

Show

22.15 **Very Good For Hollywood** Reportage

23.15 **Roadtrip Australien: Drei Spitzköche auf vier Rädern**

Show

1.05 **Very Good For Hollywood** Reportage

Auf Streife

Doku-Soap

Kika Kika

17.25 Minus Drei und die wilde Lucy **17.50** Wickie

18.10 Grisu **18.35** Werkel-Ferkel

18.50 Sandmännchen

19.00 Die Borger

19.25 Pur+ logo!

20.00 Team Timster

20.15 stark!

20.30 Schau in meine Welt!

SUPER RTL

13.45 **Barbie**: Die Super-Prinzessin. Animationsfilm, USA 2015 **15.00** **Lana Longbeard** **16.10** Willkommen bei den Lounds **17.35** Grizzy & die Lemmings **17.50** ALVINNN!!!

18.55 Voll zu spät! **19.45** Die Thundermans **20.15** Lucifer

ORF SPORT +

phoenix

6.00 Olympic News **10.55**

L Faustball Final Damen

12.30 Olympic News Channel

12.55 **L** Faustball Final Herren

14.30 **L** Fußball Frauen

Austria Wien – Südburgenland/Hartberg **16.30** Olympic News **0.00** Fußball 2. Liga

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 Legende Pharaonen

23.15 **phoenix** satire

Disney

15.50 **Die Beni Challenge**

16.15 Hamster & Gretel

16.40 Phineas und Ferb

17.15 Bluey **18.10** Miraculous

18.55 **★★** Dumbo

★★ Haunted. Gruselfilm, GB

1995 **22.25** **★★** Mit stählerner Faust. Actionfilm, USA

1990 **0.15** **★★** Sniper 3. Actionfilm, USA 2004

TELE 5

18.20 Hercules und der flamme

nde Ring. TV-Abenteuerfilm, USA/NZ 1994 **20.15**

1995 **22.25** **★★** Mit stähler

ner Faust. Actionfilm, USA

1990 **0.15** **★★** Sniper 3. Actionfilm, USA 2004

FOCUS, SENDER

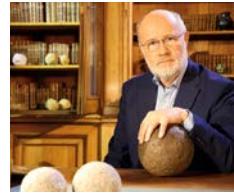
On & Off the Catwalk by Heidi Klum



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

PRO 7

6.50 Hausweltkost 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

VOX VOX

5.30 Teleshopping 6.10 Cri-
minal Intent – Verbrechen
im Visier 15.00 *** Wo die
Lüge hinfällt. Liebeskomö-
die, USA 2023 17.00 auto-
mobil – Das Vox Automaga-
zin 18.10 Ab in die Ruine!

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 Sternenkoch räumt auf!

1 Das Erste ARD

15.30 Der Ranger – Paradies
Heimat: Sturm. TV-Familien-
film, D 2021 17.00 Brisant
17.45 Tagesschau 18.00
Bericht aus Berlin 18.30
Weltspiegel 19.15 Sport-
schau 20.00 Tagesschau

ZDF ZDF

16.20 sportstudio live: Frau-
en-Bundesliga. Bayern Mün-
chen – VfL Wolfsburg 18.30
Olympische Bilanz 19.00
heute 19.10 Berlin direkt
19.30 Terra X: Ungelöste Fäl-
le der Archäologie TIPP

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
Höppner, Stefan Uhl
0.30 **Ich bin ein Star –
Holt mich hier raus!**
Das Nachspiel
Realityshow

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

20.15 **Kitchen Impossible**
Tim Mälzer vs. Tim
Räue. Kochshow
Im Steinofen auf
Sardinien muss sich
Tim Räue dem Feuer-
ermachen stellen.
Tim Mälzer muss
sich mit mittelalter-
lichen Gegebenhei-
ten arrangieren.
23.45 **Hot oder Schrott –
Die Allestester**
0.45 **Medical Detectives**

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

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-Familien-
film, D 2021

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

RTL ZWEI

7.30 Die Fernsehkanzel 8.00
Infomercial 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

GOLD SAT1 GOLD

12.05 Richter Alexander
Hold 14.45 Im Namen der
Gerechtigkeit 16.20 Die
Ruhrtwache 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**

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

arte ARTE

18.25 Karambolage 18.35 Zu
Tisch 19.10 Arte Journal
19.30 Namibia – Die rau-
Welt der Baster
20.15 **Die Vögel Thriller,**
**** USA 1963 · Mit Rod
Taylor, Tippi Hedren
R. A. Hitchcock
21.10 **Tippi Hedren und
die wilden Tiere**
23.05 **Melanie Griffith –
Die Frau, die Holly-
wood überlebte**
23.55 **Joana Mallwitz &
Alice Sara Ott**
1.25 **West-Eastern Divan**
Orchestra: spielt de
Falla und Ravel

3 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,
D/Ö 2013
23.10 **Nomis –
*** Die Nacht des Jägers**
Actionfilm,
CDN 2018
0.40 **Familie zu vermieten**
** Komödie, F/B 2015

ORF III ORF III

17.05 Trauung mit Hinderni-
ssen. TV-Komödie, D 2018
18.40 Eltern mit Hinderni-
ssen. 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**

NITRO. NITRO

ZMAX

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: Krimi-
serie 23.55 CSI: New York
1.35 CSI: Miami

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

WDR WDR

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

DOKU K1 DOKU

5.25 **Abenteuer Leben** 6.05
Das Unerklärbare mit Wil-
liam Shatner 17.55 Die
Schatzsucher von Oak Island
21.50 **American Gold:** Fünf
Brüder auf Goldsuche 23.10
Wettkampf der Waffen-
Schmiede

one ONE

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

ZDF NEO

15.55 Die glorreichen 10
18.05 Sketch History 18.30
Death in Paradise 20.15 The
Collective 21.55 Böhmi brut-
zelt mit Katrin Bauerfeind
22.25 Maithink X 23.00 heute-
show 23.35 Neo Social Club 0.05 Maithink X

RTL UP

SIXX SIXX

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

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

mdr MDR

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

NDR NDR

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

SWR SWR

17.30 SWR Kultur 18.00
Regional 18.15 Handwerks-
kunst 18.45 Treffpunkt
19.15 Die Fallers 19.45 Regio-
nal 20.00 Tagesschau 20.15
Wilde Alpen 21.45 Regional
22.45 *** Der einzige Zeu-
ge. Thriller, USA 1985

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 Fas-
zinierung Weltall 23.15 Mys-
terien des Weltalls 1.30
Geheimnisvolles Universum

Detective Knight: Independence ★★



NEU Actionfilm. USA 2023 Während Los Angeles den Unabhängigkeitstag feiert, 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**

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 LIVE 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 Eudreams
22.15 □ CopStories Blöd gelaufen Krimiserie · Mit Michael Steinacher, 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 Schmertz 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
15.05 The Mentalist
15.55 Hawaii Five-0
16.55 Hawaii Five-0
17.55 The Mentalist Sport ist Mord. Krimiserie
18.50 The Mentalist
19.50 Treffpunkt Österreich

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

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** Skibergesteigen Magazin 2026 **20.35** Freeride World Tour 2026 **21.30** Eiskunstlauf Europameisterschaft 2026 **22.00** Fußball Admiral Bundesliga **23.00** Faustball

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 Wöhrl und Janna Ensthaler zu überzeugen. Kriegen sie einen Deal? **VOX | 20.15**

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-Kontakte-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

14.15 ATV **15.55** Mein Recht! Ich geb' nicht auf! **17.50** Pfusch am Bau **18.50** Pfusch 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** Legändäre 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

ServusTV 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

17.25 Die Schlämpe **17.50** Wickie **18.10** Grisu – Der kleine Drache **18.35** Die Wervel-Ferkel **18.50** Sandmännchen **19.00** 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 SAT.1

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

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 Go! Das Motormagazin
18.00 Lenßen hilft Doku-Soap
18.30 Lenßen hilft Oma am Steuer, Abenteuer. Doku-Soap
19.00 Die Landarztpraxis Der schmale Grat Treffpunkt Österreich

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

14.40 Lana Longboard **15.05** Die Tom und Jerry Show **15.45** Woozle Goozle **16.15** Willkommen bei den Louds **17.35** Grizzy & die Lemminge **17.55** ALVINNNNN!!! **18.55** Voll zu spät! **19.45** Die Thundermans **20.15** Bones

SUPER RTL
14.40 The King of Queens **15.10** 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 Hözel, 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 Wetzel 17.00 Ulrich Wetzel – Das Jugendgericht 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exclusiv 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

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 Staff 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 Anziehungs-kraft / Dinge, die Männer tun?
1.40 Mörderische Geschwister – Killer Siblings U. a.: Die Briley Gang

VOX VOX

9.40 CSI: Den Tätern auf der Spur 12.20 CSI: Miami 15.00 Shopping Queen 16.00 Guideros 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 Kolenitchenkos 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 **Gernstls Grenzgeschichten**
0.15 **Gernstls Zeitreisen – Rund um Bayern**

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 Ach-tung 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** Horrorfilm, F/D 1981 · Mit Isabelle Adjani, Sam Neill, Heinz Bennent
2.10 **Magische Anden**

1 Das Erste ARD

15.10 Sturm der Liebe 16.00 Tagesschau 16.10 Leopard, Seebär & Co. 17.00 Tageschau 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: Ziemialich beste Feinde?**
23.35 **ARD Crime Time: Rosa Riese – Jagd auf ein Phantom**
0.05 **Tagesschau**
0.15 **Tatort Schmerz** TV-Krimi, D 2026

2DF ZDF

14.00 heute 14.15 Die Küchenschlacht 15.05 Barres für Rares 16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 18.00 SOKO 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 III ORF III

18.45 Meryn am Mo. Glut-enunverträglichkeit 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 schmutzige Kriegsgeld**
22.45 **Rubel in Österreich – Die Spur der Oligarchen**
0.25 **Inside Moskau**

3 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, Urvälder 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!**

ORF III ORF III

18.45 Meryn am Mo. Glut-enunverträglichkeit 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 schmutzige Kriegsgeld**
22.45 **Rubel in Österreich – Die Spur der Oligarchen**
0.25 **Inside Moskau**

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

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

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 Dr. Stefan Frank 22.00 Hinter Gittern – Der Frauenknast

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.

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

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

SWR SWR

12.10 ARD-Buffet Spezial 12.55 Eltern allein zu Hause: 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 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**

ORF 1 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 Harry 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 Sternmann & Grissemann**

Kabarettshow. Gäste: Christian Wehrschütz, Niki Ofczarek & Nina Proll

22.55 **Pratersterne – Rote Bar** Comedyshow

23.20 **ZIB Flash**

23.30 **Liebesgeschichten und Heiratssachen – Der Podcast** Gast: Nadja Bernhard

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 ORF 2

6.00 Wetter-Panorama und Programmvorstellung 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 & tipps**
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 sinnenden 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 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**
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
18.30 **Studio 2**
18.51 **infos & tipps**
19.00 **Zeit im Bild**
19.30 **Zeit im Bild**
19.56 **Sport Aktuell**
20.05 **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// ATV2

5.10 Edel & Starck 6.10 K11 – Die neuen Fälle 6.55 MediaShop 12.00 Verliebt in Berlin 12.25 Die Spreewaldklinik 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

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**

PULS 4 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 Leucht-fisch-Idee / Die andere Seite der Krawatte. Sitzcom · 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 Pfusch 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 SERVUS TV

5.25 Bares für Rares 6.00 Das Wetterpanorama bei ServusTV 9.25 Der Apennin – 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** Kärtents wilder Süden – saugut! 14.00 **Servus um 2**
15.00 **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 KIKA

17.25 **Die Schlämpe** 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 SAT.1

5.05 Auf Streife. No Baby on Board. Doku-Soap 5.35 Len-Ben 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 Bescherung 14.00 **Auf Streife** Die Karawane zieht weiter 15.00 **Auf Streife** Klein allein 16.00 **Lebensretter hau-nah** – Wenn jede Sekunde zählt 17.00 **Notruf**
17.30 **Notruf**
18.00 **Lenßen hilft**
18.30 **Lenßen hilft**
19.00 **Die Landarzt-praxis** 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 hau-nah** – Wenn jede Sekunde zählt

SUPER RTL

14.40 **Lana Longbeard** 15.05 Die Tom und Jerry Show 15.45 **Woozle Goozle** 16.15 Willkommen bei den Louds 17.35 **Grizzy & die Lemminge** 17.55 **ALVINNNNN!!!** 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 Wetzels 17.00 Ulrich
Wetzels – Das Jugendgericht
17.30 Unter uns 18.00 Explor-
ativ 18.30 Exclusiv 18.45
Aktuell 19.05 Alles was
zählt 19.40 GZSZ

20.15 **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?

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

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** ****** Tan-
go & Cash. Actionkomödie,
USA 1989

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 Gui-
dos Deko Queen 17.00 Zwi-
schen Tüll und Tränen 18.00
First Dates 19.00 Das per-
fekte 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!

1 Das Erste ARD

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

2DF 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

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? Jagd-
saison – Mord-
saison / Brandopfer

22.00 Killer Couples: Mör-
derische Paare U. a.:
Der gottlose Pfarrer

23.40 Auftragskiller
gesucht U. a.:
Tödliche Mutterliebe

1.05 Unfall, Selbstmord
oder Mord?

2.20 Killer Couples:
Mörderische Paare

BR BAYERN

17.30 Regional 18.00 Abend-
schau 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 Amster-
dam-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
Arte Journal 19.40 Re: Char-
kiw – Ein Bruder im Krieg

20.15 **Unterschätzt:**
Die rechte Ter-
ror-gefahr (1+2/2)
Dok.-Film, F 2022

21.55 **Giorgia Meloni: Die
Macht des Clans** Die
Ursprünge / An der
Spitze Italiens **TIPP**

23.35 **Schattenwirt-
schaft – Das
Ende der sozialen
Sicherheit?**
Dok.-Film, D 2025

1.05 **Tracks East**

3 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** **TIPP**

0.00 **Reporter: Land-
wirtschaft trotz
allem – Zwischen
Verlust und Umbruch**

0.30 **10 vor 10**

1.00 **Hart aber fair**

ORF III ORF III

16.20 Das Erbe der Gulden-
burgs 19.18 AKTUELL 19.25
Nachrichten in einfacher
Sprache 19.40 Kultur Heute

20.15 **Habsburgs**
verkaufte Töchter

21.05 **Duell der Kron-
prinzen – Rudolf**
von Österreich und
Wilhelm von
Preußen Doku

21.55 **Drei Frauen für**
Habsburg – Innen-
ansichten einer
Herrschergesellschaft

22.45 **Was schätzen Sie..?**

23.35 **Habsburgs**
verkaufte Töchter

ZMAX

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 Simp-
sons 22.05 Family Guy 22.55
Futurama 23.40 Family Guy

WDR WDR

19.30 Regional 20.00 Tages-
schau 20.15 Tatort: Liebes-
wut. TV-Krimi, D 2022 **21.45**
Aktuell 22.15 Mutterliebe –
Der Usedom-Krimi. TV-Kri-
mi, D 2019 **23.40** Winter-
licht – Der Usedom-Krimi.
TV-Krimi, D 2019

DOKU K1 DOKU

9.25 Pawn Stars 9.50 Uner-
klärliche Phänomene **17.15**
Wettkampf der Waffen-
schmiede **18.45** Pawn Stars
20.15 Expedition Unknown
21.55 Unerklärliche Phäno-
mene **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

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
keinmal. Krimikomödie, USA
2011 **0.00** Killing Eve

RTL UP

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 Sand-
männchen 19.00 Regional
19.30 Aktuell 19.50 Einfach
genial **20.15** Der Gigant – Die
legändäre Antonov 21.45
Aktuell 22.10 Pioniere der
Lüfte **22.55** ******* Z for Zacha-
riah. 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-Buffet Spezial
12.55 Eltern allein zu Hause:
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-His-
tory: 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 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 □ Aufsperren 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 Familien-life / Schlechte Alibis. Krimiserie
1.55 □ Steirerangst TV-Krimi, D/Ö 2022 · Mit Harry Prinz, Anna Unterberger Regie: Wolfgang Murnberger

3.25 □ Dok 1 Doku
4.10 □ So isst Österreich besser Doku

ORF 2 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 □ ZIB 2 History Walzer Dok.-Film, Ö 2018 · Mit Kurt Waldheim. 1986, die „Waldheim-Affäre“ spaltet das Land: Der österreichische UN-Generalsekretär und Präsidentschaftskandidat war Wehrmachtsoffizier. Ruth Beckermann zeigt beklemmende bis absurdre Bilder seiner Floskeln und Gesten, von Demos und Aussagen seiner Wähler.
0.45 □ Der Bergdoktor Wiedersehen TV-Drama, D 2026

ATV 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 Bulle 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
18.30 The Mentalist Krimiserie
18.48 Lotto
19.00 The Mentalist Der Geschmack des Todes. Krimiserie
19.50 Treffpunkt Österreich

ATV// ATV2

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

ORF SPORT +

19.05 □ Eishockey Ice Hockey League. Vienna Capitals – Möseler Medical Graz 99ers aus Wien 21.45 Sport 23.00 Farewell-Feier & Vereidigung 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 Haiders zum FPÖ-Chef und den Fall Kardinal Großer.

ORF 2 | 22.30

PULS 4 PULS 4

5.10 The Big Bang Theory. Chaos-Theorie. Sitcom 5.30 Café Puls 12.00 Treffpunkt Österreich zu Mittag. Entertainment 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-telerde-Paradigma
17.50 □ The Big Bang Theory Der Cooper-Hof-städter-Antagonismus · 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

PULS 24

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

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 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. Mönwenweg 17.25 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 FC Internat

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 ★ Beyond Skyline. Action-film, SIN/USA/GB/CDN/INO/RC 2017

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

20.15 □ Das große Promibacken Jury: Bettina Schliephake-Burkhardt, Christian Hümbes
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 Grizzy & 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 Super-sturm. TV-Katastrophen-film, USA 2012 22.00 ★ Beyond Skyline. Action-film, 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 Schüchtern, die ihre Jobs verloren haben. Doch sein Alkoholproblem steht ihrer Liebe im Weg. Aki Kaurismäki's warmherzige Außenseiter-Romanze aus Finnland. ARTE | 20.15

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

R T L

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

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 Staff 18.00 Aktuell 18.10 Die Simpsons 19.05 Galileo

VOX VOX

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

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!

1 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

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 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 ZDF CSI: Miami Krimiserie

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

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

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

20.15 ZDF Faltenfrei TV-Komödie, D 2021 · Mit Adele Neuhauser, Lisa Jopt
21.45 ZDF Plusminus
22.15 ZDF Tagesthemen
22.50 ZDF maischberger Talkshow

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

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
0.20 Der Trödeltrupp

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 Richterin Barbara Salesch

BR BAYERN

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

arte ARTE

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

3 sat 3SAT

17.45 Terra X: Welten-Saga 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau
20.15 ZDF Erlebnisreisen
22.00 ZDF ZIB 2
22.25 ZDF Zero TV-Politthriller, D 2021 · Mit Sabin Tambrea, Heike Makatsch, Mona Pirzad
23.55 ZDF 10 vor 10
0.25 ZDF Stöckl

ORF III ORF III

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

NITRO. NITRO

ZMAX

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

WDR WDR

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

DOKU K1 DOKU

8.35 Infomercials 9.35 Pawn Stars 10.00 Australian Gold 17.15 Wettkampf der Waffenschmiede 18.45 Pawn Stars 20.15 American Detective 21.05 On the Case 22.55 Homicide Hunter 1.15 American Detective

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 Dalglish, Scotland Yard 23.20 Professor T 0.55 Murdoch Mysteries

ZDF NEO 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 23.30 Aktenzeichen XY ... Ungelöst 0.40 XY gelöst

R T L UP

SIXX SIXX

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

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

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 Nachtstreiße 21.45 NDR Info 22.00 Die Kanzlei 22.50 Findest Felix

SWR SWR

12.55 Eltern allein zu Hause. 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 Ernährungs-Docs 21.45 Regional

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 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 Einige 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 Bye 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 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
12.40 Wetterschau
13.00 ☐ ZIB
13.30 ☐ Aktuell nach eins
14.20 ☐ Silvia kocht
14.45 ☐ 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 & tipps
19.00 ☐ Bundesland heute
19.30 ☐ Zeit im Bild
19.56 ☐ Sport Aktuell
20.05 ☐ Seitenblicke

20.15 ☐ ○○ Die Rosenheim-Cops Ein Fall von Anglerstein Krimiserie · Mit Dieter Fischer, Igor Jeftic, „Es gabat a Leich“: Der Mord am Rosenheimer Knödelkönig Heise stört die morgendliche Kaffeerule 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
19.50 Treffpunkt Österreich

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

21.05 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 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

ServusTV 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 Wettkampf 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 Büsserl
14.00 Servus um 2
15.00 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 Spiel-tags – 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

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

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 bekifte 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 hau-nah – Wenn jede Sekunde zählt
17.00 ☐ Notruf
17.30 ☐ Notruf
18.00 Lenßen hilft
18.30 Lenßen hilft Eigenbedarf stinkt
19.00 ☐ Die Landarzt-praxis Wendepunkt Dramaserie
19.50 Treffpunkt Österreich

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

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

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

KiKA KIKA

17.00 Kinder a. d. Möwenweg 17.25 Schlümpe 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

TELE 5

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

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

■ = Schwarzweiß-Sendung, ☐ = Untertitel im Teletext bzw. Videotext, ○○ = Zweikanalton, Ⓜ = Original mit Untertitel, ☐ = Hörfilm,

NANO Talk Neues Sprechen – Wie uns ...



NEU Talkshow. D 2026unsere 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**

RTL

15.00 Barbara Salesch **15.55**
Ulrich Wetzel **17.00** Ulrich
Wetzel – Das Jugendgericht
17.30 Unter uns **18.00** Explor-
siv **18.30** UEFA Europa
League: VfB Stuttgart –
Celtic Glasgow

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 / Mörderi-
sches Puzzle.
Krimiserie
3.05 **CSI: Den Tätern auf**
der Spur Krimiserie

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 Ausmisten
auf dem Kiez:
Domina Manuela
und Prostituierte
Kitty verkaufen auf
dem Marktplatz
22.15 Hartes Deutsch-
land – Leben im
Brennpunkt
0.15 #CoupleChallenge –
Das stärkste Team
gewinnt

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

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,
Nadja Auermann,
Armin Morbach,
Kilian Kerner
23.00 **Germany's Next**
Topmodel – by Heidi
Klum Gastjuror:
Baptiste Giabiconi
1.25 Forsthaus Rampen-
sau Germany
3.10 ProSieben: newstime

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 hau-
nah – Wenn jede
Sekunde zählt
0.50 Richterin Barbara
Salesch
3.00 Richter Alexander
Hold

ZMAXX

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

VOX 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

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

BR BAYERN

17.30 Regional **18.00** Abend-
schau **18.30** BR24 **19.00**
mehr/wert **19.30** Dahoam **20.00**
Tagesschau

20.15 **quer**
21.00 **schlachthof**
21.45 **BR24**
22.00 **Ringlsetter Retro**
22.45 **Capriccio**
23.15 **Kommissar Wisting:**
Jagdhunde (2/5)
TV-Krimi, N 2019
0.00 **Kommissar Wisting:**
Jagdhunde (3/5)
TV-Krimi, N 2019
0.45 **Puls Startrampe**
1.15 **Puls Festivalheimat**
2.15 **Dahoam is Dahoam**

WDR / WDR

18.05 Servicezeit **18.45**
Aktuelle Stunde **19.30** Regi-
onal **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

mdr MDR

18.05 Wetter für 3 **18.10** Bri-
sant **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 gesell-
schaftsfähig **22.40** Ich werde
von einer KI therapiert

Radio Wien Klubkonzert Viktor Gernot & ...



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

RTL UP

SIXX SIXX

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 Wetzel **23.50**
Barbara Salesch – Das Straf-
gericht **1.25** Ulrich Wetzel

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

NDR NDR

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

SWR > SWR

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

zdf info

12.55 Die Hochzeit meiner
Schwester. TV-Liebeskomö-
die, D 2014 **14.25** Gefragt –
Gejagt **15.10** Hubert ohne
Staller **16.05** Kaffee oder Tee
18.00 Regional **20.00** Tages-
schau **20.15** Regional **21.00**
Kaffee oder Tee

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

Jetzt
nur 19 €
statt 59 €



Erfahren Sie, wie es um Ihren Stoffwechsel steht und warum Sie bisher nicht abnehmen konnten. AKTION BIS 31.3.2026 – NUR GÜLTIG MIT GUTSCHEIN!

Stoffwechselturbo zünden, erfolgreich abnehmen!

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



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

Georg Watz
63, aus Piesting

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

„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 Jo-Jo-Effekt
- ohne Sport
- 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: (0 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, Sterneckstr. 33

01 / 2561 666
Wien 22, Lieblgasse 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!