

Hotel AKZENTe



06.01 - 02.02.18



Frohen  Valentinstag



Alte Städte - neu entdecken



Ayurveda



Schnelle Rezepte



Gewinnen Sie ein exklusives Wochenende im AKZENT Hotel "Forellenhof Rössle" in Lichtenstein-Honau



Ihr Gewinn

Herzlich willkommen heißt seine Gäste das **AKZENT** Hotel Forellenhof Rössle inmitten der Schwäbischen Alb. Das 4-Sterne-Hotel empfängt die Hotelbesucher mit einem fantastischen Blick auf das Schloss Lichtenstein. Bereits in der 8. Generation führen die Familien Gumpfer & Stoll das erstklassige Haus und bereiten einen wunderbaren Aufenthalt.

Das Hotel verfügt über 34 großräumige und gemütliche Zimmer, die komfortabel eingerichtet sind. Warme Farben, indirekte Beleuchtungen und kuschelige Betten sorgen für wohlige Abende und himmlische Nächte. Der Wellnessbereich ergänzt das Angebot des Hotels in Perfektion. In der AlbSpa-Erlebniswelt wird Verwöhnen und Abschalten großgeschrieben. In eine eigene kleine Welt entführt, können verschiedene Saunen und Behandlungen genossen werden.

Die Küchenchefs des **AKZENT** Hotel Forellenhof Rössle verwöhnen die Gäste mit diversen hausgemachten Gerichten aus sorgfältig ausgewählten, regionalen Zutaten und Fischspezialitäten aus eigener Aufzucht. Ob Forelle, Saibling oder Lachsforelle – der Gaumen erfährt Geschmacksexplosionen der ganz besonderen Art.

Die bergige Umgebung Lichtenstein-Honau hält einige Möglichkeiten der Freizeitgestaltung bereit. So können zum Beispiel ausgiebige Winterwanderungen unternommen werden.



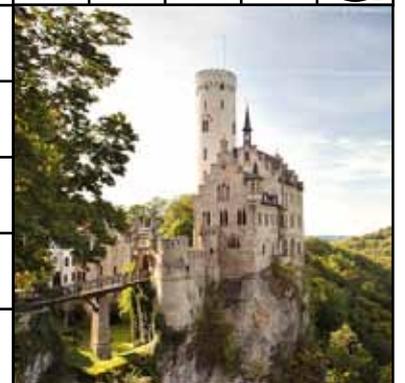
AKZENT Hotel ★★★★★
Forellenhof Rössle

Heerstraße 20
72805 Lichtenstein-Honau
Telefon: 07129 929 70
Email: info@forellenhof-roessle.de
www.forellenhof-roessle.de



Ihre Gastgeber
Familien Gumpfer & Stoll

Garnaufwickelkörper	▼	anderes Wort für: Apfelsine	Judograd Regisseur † (Fritz)	↻ 4	Italiens eigener Name	▼	Berg im Bayer. Wald	Esprit, Scharfsinn
sonnenlichtreiche Zeit in Arktis u. Antarktis	▶					↻ 5		
radioaktives chem. Element	▶		↻ 3		Flächenmaß der Schweiz	▶		
engl. Abk. für: lokales Netzwerk	▶			frz. Stadt Autokennzeichen von Goslar	▼	Sorte		
	▶							
bayer. Wintersportort	▶	von Wasser umgebenes Land	Rennbeginn Tanzlied des MA.	▶				↻ 2
	▶							
an diesem Ort	▶		Abkürzung für Intercity-express					
Sinus (Abk.)	▶	↻ 1						
Wirtschaftsorg. (Abk.)	▶							
	▶							
Name von 13 Päpsten	▶							



1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Spielregeln

Gewinnen Sie einen Urlaub im **AKZENT** Hotel "Forellenhof Rössle"! Senden Sie Ihre Lösung bis zum 02.02.2018 handschriftlich unter Angabe Ihrer Anschrift und eMail-Adresse an: **AKZENT** Marketingzentrale - Stichwort „Kreuzworträtsel“ - Spitalstraße 1 - 38640 Goslar oder per Mail an info@akzent.de mit dem Betreff „Kreuzworträtsel“. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Ja, ich möchte bis auf Weiteres den AKZENT Newsletter erhalten

AUSFÜLLEN UND EINSENDEN:
Lösungswort:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Viel Glück!

Liebe Leserinnen und Leser,

ein neues Jahr: Vorsätze wurden neu festgelegt, der eine freut sich auf ein Jahr voller Glücksmomente, der andere hofft auf berufliche oder private Höhepunkte... nur eins haben wir alle gemeinsam – der Wunsch nach Erholung in spätestens ein paar Monaten.

Freuen Sie sich daher in den **AKZENTE** Magazinen 2018 auf viele neue und spannende Themen für Ausflüge und Erlebnisse, die zum Rauskommen, Abschalten und Erholen einladen.

Diese Ausgabe stellt zum Beispiel neben dem klassischen Thema „Erholung mit Ayurveda“ auch den geplanten neuen Wellnessbereich des **AKZENT** Hotels Acamed Resort vor. Die 4 Elemente Feuer, Wasser, Luft und Erde zaubern eine eigene Atmosphäre im Wellnessbereich „Salzkristall“.

Für die Aktiven unter Ihnen haben einige **AKZENT** Hotels tolle Tipps zum Städte erkunden – stöbern Sie einfach einmal durch und lassen Sie sich für Ihren nächsten Städte-Trip oder sogar schon Ihr Valentinstags-Geschenk inspirieren.

Viel Spaß und ein frohes neues Jahr,



Ihre Aline Kuhaupt



4 schnelle Rezepte für gesunde Ernährung

Inhaltsverzeichnis

2

Rätsel

Kreuzwörterrätsel mit tollen Preisen

4

Reisen

Alte Städte neu entdecken – Insider-Tipps

9

Wissenswertes

Fakten rund um deutsche Städte

10

Saisonales

Zeit zu zweit – Valentinstag

AKZENT Aktuell

AKZENT Hotel Acamed Resort

16

Gesundheit & Wellness

Ayurveda – Altes Wissen vom langen Leben

18

Kulinarisches

Schnelle Rezepte für Kochfaule

20

Fernsehprogramm

Fernsehprogramm vom 06.01. – 02.02.2018

22





Alte Städte neu entdecken

In der heutigen Zeit wird alles schneller, moderner und größer. Und dieses trifft nicht nur auf technische Spielereien wie Smartphones, Fernseher und Autos zu – auch viele Städte unterliegen einem ständigen Wandel. So wird das Stadtbild optisch auf die neuesten architektonischen Trends aufgebessert, die die Besucher in Staunen versetzen. Aber wie heißt es noch gleich? - Neu ist nicht immer besser. Mit den wachsenden und sich verändernden Städten entsteht oft eine unbemerkte innere Hektik.

Der Charme vergangener Jahrzehnte

Um das heutige, immer schneller werdende Leben einmal hinter sich zu lassen, empfiehlt sich ein Besuch in alten und historischen Städten Deutschlands. Auch die Altstädte vieler moderner Städte strahlen einen einzigartigen Charme aus: Gemütlichkeit, Romantik und Zeit für sich. Das Flanieren durch kleine Gassen, das Aufwärmen in gemütlichen Cafés und das Bewundern von alten detailreichen Häusern, eindrucksvollen Marktplätzen und gemächlichem Treiben lassen uns die Hektik des Alltags vergessen. Die historischen Städte sowie die Altstädte Deutschlands in aller Ruhe zu erkunden und neu zu entdecken lohnt sich.

Inmitten des fränkischen Weinlandes – Würzburg

Von Dichtern und Malern bewundert ist Würzburg und das umliegende fränkische Weinland noch heute ein beliebtes Reiseziel für alle, die sich von einer facettenreichen Landschaft und einer sagenhaften historischen Stadt verzaubern lassen möchten.

Erstmals 704 urkundlich erwähnt, ist Würzburg vor allem für seine barocke Residenz bekannt. Historische Gebäude prägen das Stadtbild und lassen kaum vermuten, dass Würzburg eine der jüngsten Städte Europas ist. Ein Streifzug durch die Altstadt Würzburgs beinhaltet alles, was von dieser erwartet wird. Wunderbar in das harmonische Bild der altstädtlichen Fachwerkhäuser eingebettet, gibt es eine prunkvolle Rokokofassade, eine gotische Kapelle, das historische Rathaus, das Neumünster und noch vieles mehr zu bewundern. Die 1744 nach Plänen Balthasar Neumanns erbaute Residenz Würzburg ist eine der bedeutendsten Schlossanlagen des Barock in Europa und bereits um 1120 soll in Würzburg die erste Steinbrücke Deutschlands errichtet worden sein. An ihrer Stelle steht heute die Alte Mainbrücke, die man im 15. Jahrhundert als Neubau auf dem Fundament der beschädigten Brücke errichtete.

Nur einen Steinwurf vom Stadtzentrum entfernt, auf der linken Seite des Mainufers, liegt die Festung Marienberg. Sie ist von Weinreben umsäumt und blickt hinab auf die alte Universitätsstadt mit ihren Kuppeln, Türmen und Brücken. Die Festung Marienberg gehört durch ihre dreitausend Jahre reiche geschichtliche Vergangenheit und durch ihre stolze Erscheinung zu den eindrucksvollsten Bau- und Denkmälern aus alter Zeit.

Würzburg und Wein? – das gehört einfach zusammen. Die Stadt ist umgeben von bekannten Weinlagen und unumstrittenes Zentrum des Frankenweins. Das milde Klima und die vielen günstig gelegenen Hänge ermöglichen exzellente Weine. Große Weingüter, aber auch traditionsbewusste Familienbetriebe bieten Gästen mit Kellerführungen, Weinproben und Weinseminaren einen Einblick in ihre Arbeit und die wunderbare und vielfältige Welt des fränkischen Weins.



© Gerhardt302 - Fotolia.com

Eine herzliche Atmosphäre erwartet Gäste des **AKZENT** Hotel Krone in Helmstadt. Das familiengeführte 3-Sterne-Hotel legt großen Wert auf eine zuverlässige Betreuung und bietet 26 liebevoll eingerichtete Zimmer, die den Charme eines fränkischen Landhauses widerspiegeln und Wohlgefühlcharakter besitzen. Neben dem Arrangement „Winterträume“ können die Besucher des helmstädter Hotels das historische Würzburg und andere historische Städte in der Umgebung erkunden.

modern eingerichteten Zimmern verbringen Hotelbesucher einen rundum perfekten Aufenthalt, der mit dem Arrangement „Fränkisches Weinland und Würzburg“ gestaltet wird. Neben den Annehmlichkeiten des Hotels entdecken Urlauber entweder den Main mit einer Schifffahrt oder eine Nachtwächter-Führung in Würzburg und besuchen die Würzburger-Residenz.



AKZENT Hotel ★★★
Gasthof Krone

Würzburger Straße 23
97264 Helmstadt
Telefon: 09369 906 40
Email: info@gasthof-krone.de
www.gasthof-krone.de



Ihre Gastgeber
Familie Wander



AKZENT Hotel ★★★
Am Bach

Eichgasse 5
97337 Dettelbach
Telefon: 09324 973 00
Email: info@hotelambach.de
www.hotelambach.de



Ihre Gastgeber
Familie Dauenhauer

Winterträume

Genießen Sie ruhige Wintertage in unserem AKZENT-Hotel Gasthof Krone. Mit einem heißem Glühwein oder einer heißen Schokolade begrüßen wir Sie bei der Anreise, geben Ihnen Tipps für Ausflüge und Erkundungen in der Region. Am Abend bewirten wir Sie mit einem regionalen 3-Gang Menü. Im Zimmer erwartet Sie eine süße Überraschung.

- 1 x Übernachtung
- 1 x KRONE - Frühstücksbuffet
- 1 x Schoko-Präsent auf dem Zimmer
- 1 x Glühwein oder heiße Schokolade
- 1 x 3 Gang Menü – Fränkische Spezialitäten

Doppelzimmer p.P. ab 69,00 €
Einzelzimmer p.P. 89,00 €
Buchbar vom 01.11.17 - 04.03.18

Jetzt buchen
auf www.akzent.de oder www.gasthof-krone.de

Fränkisches Weinland und Würzburg

Die noch fast vollständig erhaltene Stadtmauer mit zwei Stadttoren sowie viele kleine Türme, kopfsteingepflasterte Gassen und malerische Winkel mit Fachwerkhäusern laden unsere Gäste in Dettelbach zum Träumen ein. Zahlreiche barocke Kunstwerke, Flurdenkmäler, die berühmte Wallfahrtskirche „Maria im Sand“ und vieles mehr lassen den kunsthistorisch interessierten Besuchern das Herz höher schlagen. Ein Ausflug nach Würzburg, UNESCO-Weltkulturerbe mit Hofkirche und Hofgarten sowie der Residenz und der Burg Marienberg ist „Pflichtprogramm.“

- 1 x Übernachtung im 4-Sterne Komfortzimmer / 3-Sterne Doppelzimmer
- 1 x Frühstück vom Buffet
- 1 x Schlemmermenü mit Wahlmöglichkeit
- 1 x Begrüßungskaffee mit Kuchen / Gebäck
- 1 x April-Oktober > Mainschiffahrt Würzburg bis Veitshöchheim und zurück (April-Oktober) oder alternativ
- 1 x Führung mit dem Würzburger Nachtwächter, Mi. bis Sa. um 20 oder 21 Uhr (Oktober-April)
- 1 x Eintritt in die Würzburger Residenz
- Nutzung des Via Vita Wellnessparadieses im Akzent Hotel Franziskaner

Doppelzimmer p.P. ab 99,00 €
Einzelzimmer p.P. ab 114,00 €

Jetzt buchen
auf www.akzent.de oder www.hotelambach.de

Auch das von der Familie Dauenhauer geführte **AKZENT** Hotel Am Bach in Dettelbach bildet den perfekten Ausgangspunkt für seine Gäste, um das traumhafte Würzburg kennen zu lernen. In den 15

Ebenfalls von der Familie Dauenhauer werden Gäste im **AKZENT** Hotel Franziskaner in Dettelbach empfangen. Auch hier erfahren Reisende entspannte und sehenswerte Urlaubstage.



AKZENT Hotel ★★★★★
Franziskaner
Wallfahrtsweg 14
97337 Dettelbach
Telefon: 09324 97 30 30
Email: info@hotelfranziskaner.de
www.hotelfranziskaner.de

Ihre Gastgeber
Familie Dauenhauer



Bonn – neue Altstadt am Rhein

Ein Besuch in der Bonner Altstadt bringt alles mit sich, was zu einer Altstadt gehört: der Boden aus Kopfsteinpflaster, besondere Verkehrsinseln, die den Verkehr gemächlich vorüberrollen lassen und wundervoll verzierte Häuserreihen. Doch ist der Begriff Altstadt an dieser Stelle eigentlich nicht ganz richtig.

Vor dem zweiten Weltkrieg war die Altstadt Bonns nämlich noch um das Bonner Münster herum zu finden – eine Lage, die auch jeder neue Besucher Bonns vermuten würde. Jedoch wurde der einst historische Stadtkern um den prachtvollen Kirchenbau im zweiten Weltkrieg soweit zerstört, dass dieser komplett abgerissen und der leere Platz mit Neubauten im Stil der Nachkriegszeit ausgefüllt wurde.

Der Begriff der Altstadt war in Bonn nun nicht mehr weiter in Gebrauch, weshalb in der Mitte der 70er Jahre eine Umlegung der Altstadt stattfinden konnte: in den südlichen Teil der Nordstadt. Der Begriff wurde auf diesen Bereich übertragen, wodurch die neue Altstadt entstand.

Mit den alten Häusern und den engen, verwinkelten Straßen besitzt dieser Stadtteil das typische Flair einer Altstadt.

Das ehemalige Handwerksviertel – schön gemütlich und uneinheitlich, fernab von modernen Hochbauten und viel Verkehr. Abwechselnd findet der Besucher kleine Läden, urige Gastwirtschaften und traumhafte Wohnungen. Ein Ort, der zu jeder Zeit puren Genuss und faszinierende Eindrücke verspricht.

Auf Entdeckungstour nach Bonn? Den passenden Rahmen bietet das **AKZENT** Hotel Am Hohenzollernplatz in Bad Godesberg. Auf der Internetseite des Hotels finden Besucher Bonns verschiedene Arrangements, die den Gästen die Stadt und ihre Geschichte näher bringen. So zum Beispiel im Arrangement der „Beethoven-Rallye Bonn“. Neben der wunschlosen Verpflegung im Hotel erhalten Stadtentdecker eine Rallye mit Stadtplan und die Bonner WelcomeCard, mit der 24 Stunden lang die Großstadt mitsamt ihrer Altstadt ausgiebig kennen gelernt werden kann. Zusätzlich sind in der WelcomeCard freie Eintritte in über 20 Museen enthalten, sodass unter anderem das Geburtshaus Beethoven, die Bundeskunsthalle und das Haus der Geschichte besucht werden können. Für nähere Informationen



zum Arrangement „Schwarzwälder Kirschtorte“ besuchen Sie die Hotelwebsite.



AKZENT Hotel ★★★ 
Am Hohenzollernplatz
 Plittersdorfer Straße 54-56
 53173 Bonn Bad Godesberg
Telefon: 0228 95 75 90
Email: info@hohenzollernplatz.de
www.hotel-am-hohenzollernplatz.de

Ihre Gastgeber
 Kai & Björn Grube

Beethoven-Rallye Bonn

Lust auf einen spannenden Rundgang durch Bonn - auf den Spuren des Sohnes unserer Stadt. Ludwig van Beethoven - im Dezember 1770 in Bonn geboren - verbrachte seine Kindheit und Jugend in Bonn. Der Beethoven-Rundgang führt Sie zu 16 Stationen quer durch Bonn. Einen extra für Sie entwickelten Fragebogen halten wir bereit.

- 2 x Übernachtungen im Komfortzimmer
- 1 x unsere Beethoven-Rallye Bonn für Sie und Ihre Mitstreiter
- 2 x ausgiebiges und abwechslungsreiches Frühstück vom Buffet mit regionalem, frischem Honig
- 1 x einen Obstteller
- 1 x einen Stadtplan Bonn
- 1 x WelcomeCard Bonn für 24 Stunden
- 1 x unsere Gästekarte mit Preisvorteilen und Gratisgetränken bei unseren Partnern
- kostenfreie, öffentliche Parkplätze rund um das Hotel (in der Regel ab 15 Uhr problemlos verfügbar)
- 1 x WelcomeCard Bonn für 24 Stunden

Komfortzimmer p.P. ab 99,00 €

Jetzt buchen

auf www.akzent.de oder www.hotel-am-hohenzollernplatz.de

Altstädte digital erkunden

Oft ist es so, dass einem gar nicht bewusst ist, was man so alles verpasst. Ob in seiner eigenen Umgebung oder aber auch verbunden mit einer Wochenendreise zu weiter entfernten Orten. Woher soll man nun wissen, wo sich die verlockenden Städte und Altstadtkerne mit ihrer traumhaften Architektur und Sehenswürdigkeiten befinden?

Pinterest, Instagram & Co.

Heutzutage an Bilder und Informationen über sehenswerte Orte zu kommen, ist alles andere als kompliziert. Neben Zeitschriften und Büchern, welche schöne Einblicke in die deutschen Städte gewähren, helfen an dieser Stelle schnell, zuverlässig und mit zahlreichen Auskünften auch die digitalen Medien aus. Schon alleine über die Text- und Bilder-Suchfunktion bei Google bekommt der Suchende augenblicklich diverse Eindrücke traumhafter Städte geliefert.

Auch bei Instagram und Pinterest kann mit der Eingabe verschiedener Reiseorte Inspiration und Reiselust gesammelt werden. Bei den beiden Plattformen handelt es sich um soziale Netzwerke, in denen auf virtuellen Pinnwänden und Seiten Bilder und Videos von Nutzern geteilt werden können. So lassen sich auf Pinterest zum Beispiel nicht nur tolle Orte finden, auch jedes **AKZENT** Hotel besitzt hier seine eigene Pinnwand. Auf diese Weise können nicht nur fabelhafte Eindrücke träumerischer Städte gewonnen werden, sondern auch gleichzeitig umliegende **AKZENT** Hotels begutachtet werden, die sich für den individuellen Urlaub ideal anbieten.

Es geht auch anders

Auch wenn das Internet viele Ergebnisse in der Informationsbeschaffung liefert – oftmals ist es ganz einfach die Mundpropaganda, die den Reiseanreiz beschert. Durch Erzählungen und Fotos werden zauberhafte Eindrücke an Familie, Freunde und Bekannte weitergegeben und machen Lust auf mehr. Vor allem, wenn die Reisenden mit Insider-Tipps aufwarten, die den Aufenthalt in einer alten Stadt Deutschlands noch schöner gestaltet, als dieser sowieso schon ist.



Ihre AKZENT Hotels auf Social Media!

www.akzent.de

 Facebook

 Instagram

 Pinterest

WOHER KOMMEN DIE STADTNAMEN? UND WAS HABEN SIE ZU BEDEUTEN?

- 1 Stuttgart = Stutengarten. Vermutlicher Bau eines Reitergestüts in der ersten Hälfte des 10. Jahrhunderts. Wörtlich der „Pferdegarten“.
- 2 München = apud Munichen. Zur Zeit der Gründung Münchens siedelte auf dem Petersberg eine Gruppe Mönche „bei den Mönchen“.
- 3 Frankfurt = Franconofurd. Setzt sich aus dem Namen des Stammes der Franken und der Furt – einem Flussdurchgang – zusammen „Siedlung an der Furt der Franken“
- 4 Bremen = Brema. Darin steckt das altsächsische Wort „bremo“, das „Rand, Franzen“ bedeutet Bremen bezieht sich also auf seine Lage am Rand des Weserufer.



WISSENSWERTE FAKTEN!

In der Regel macht man sich eher selten Gedanken darüber, wie es um unsere Städte in Deutschland steht. Im Folgenden sind ein paar wissenswerte, interessante und auch lustige Fakten zusammengetragen, die einem vorher vielleicht gar nicht bewusst waren. Wer denkt auch groß über die Herkunft der deutschen Städtenamen nach?

INTERESSANTE FAKTEN: EXTREME ZAHLEN

Die kleinste Stadt Deutschlands liegt in Schleswig-Holstein auf einer Halbinsel an der Schlei. Die Stadt Arnis hält sowohl den Titel nach der Einwohnerzahl (knapp 300) als auch nach der Fläche (0,45 km²).

Die größte Stadt Deutschlands, wie nicht anders zu erwarten, ist die Hauptstadt Berlin. Auch sie trägt den Titel nach Einwohnerzahl (Ende Dezember 2015: 3.520.031) und auch Fläche (891,85 km²).

IST DAS EINE STADT?

Pixel, Pups und Husten! Drei Städte Deutschlands, die eines gemein haben: einen höchst lustigen Ortsnamen. Bei der Anzahl an deutschen Städten ist es aber auch nicht verwunderlich, dass die ein oder andere einen sonderbaren Namen trägt. So lassen einen Städtenamen wie Hanfgarten, Darum, Linsengericht, Kloschwitz und Aua unverhofft Schmunzeln. Und das ist nur ein Bruchteil dessen, was einen für Städtenamen in Deutschland erwarten. Im Internet findet man zahlreiche Seiten, die einem die lustigsten deutschen Städtenamen näher bringen.





© Inna-Jesyk

Romantischer Urlaub am VALENTINSTAG

Der 14. Februar – Valentinstag oder der Tag der Verliebten! Was gibt es Schöneres als seiner Herzensdame oder dem Herzensmann an diesem Tag eine romantische Freude zu bereiten? Überraschung sollte an diesem Tag natürlich groß geschrieben werden. Denn wer den Liebesbeweis nicht erwartet, freut sich nachher umso mehr.



Die passende Überraschung



Alte Liebe rostet nicht, aber ein bisschen Aufregung hält jede Liebe frisch. Kleine Aufmerksamkeiten sind eine schöne Abwechslung im eingefahrenen Liebesleben langjähriger Beziehungen. Beim jungen Glück muss der Leidenschaft ohnehin kaum nachgeholfen werden, aber romantische Zweisamkeit lässt ein jedes Herz ein bisschen höher schlagen.

Wer seiner oder seinem Liebsten eine Freude bereiten möchte, muss einiges beachten: Vor allem soll es den Geschmack der oder des Angebeteten treffen, sollte aber den

schmalen Grad zum Kitsch nicht übertreten. Wer schon bei der Auswahl des Blumenstraußes verzagt, freut sich über die romantischen Angebote der **AKZENT** Hotels.

Dort wissen die Hotelangestellten, wie ein Tag für zwei Liebende perfekt gelingt. Sowohl der Schenkende als auch der Beschenkte können sich dann auf das konzentrieren, was an Valentinstag am wichtigsten ist: Die füreinander empfundenen Gefühle – damit die neue Liebe ewig hält und die alte Liebe erneuert wird.

Zweisamkeit in Helmstadt

Das Motto des Arrangements des **AKZENT** Hotels Krone in Helmstadt ist die „Valentins-Überraschung“. Eine prima Gelegenheit, die Liebste oder den Liebsten mit einem spontanen Kurztrip zu überraschen und ein paar romantische und erholsame Stunden zu zweit zu genießen. Damit die Zweisamkeit unvergesslich wird, trägt ein 3-Gänge-Candle-Light-Dinner am romantisch gedeckten Tisch im geschichtsträchtigen Gewölbekeller bei. Dort wird greifbar, dass das Hotel auf eine lange Tradition zurückblicken kann. Bereits 1736 wurde es durch die Familie Wander betrieben, die auch heute noch ihre Gäste willkommen heißt. Das mit drei Sternen ausgezeichnete Hotel präsentiert sich landestypisch-fränkisch mit modernem Touch.





AKZENT Hotel ★★★
Gasthof Krone

Würzburger Straße 23
97264 Helmstadt
Telefon: 09369 90640
Email: info@gasthof-krone.de
www.gasthof-krone.de



Valentius-Überraschung

Überraschen Sie Ihre(n) Liebste(n) mit einem spontanen, unkomplizierten Kurztrip. Ein Rosenstrauß auf dem Zimmer – und alles liebevoll dekoriert - genießen Sie ein paar romantische und erholsame Stunden zu zweit!

- | | |
|--|---|
| ■ 1 x Übernachtung | ■ 1 x 3 Gänge „Candle-Light“ Dinner |
| ■ 1 x KRONE - Frühstücksbuffet | ■ Late Check-out bis 14:00 Uhr |
| ■ 1 x Flasche 0,375 l Fränkischen Sekt | |
| ■ 1 x kleiner Rosenstrauß auf dem Zimmer | Doppelzimmer p.P. ab 99,00 €
Buchbar vom 14.02. - 19.02.18 |

Jetzt buchen

auf www.akzent.de oder www.gasthof-krone.de

Romantik pur in traumhafter Atmosphäre

In Mühlhausen im Täle in der Schwäbischen Alb ist Zeit für große Gefühle. Denn das **AKZENT** Hotel Höhenblick beschert den Paaren ein rundum perfektes „Valentins-Special“ – das Motto: sich neu verlieben und mit offenen Augen träumen. Ein einmaliger Ausblick auf das Obere Filstal ist die perfekte Kulisse für einen romantischen Tag zu zweit. Gelegen zwischen Stuttgart und Ulm bietet das **AKZENT** Hotel in seinem passenden Arrangement eine Übernachtung im romantisch dekorierten Komfort-Doppelzimmer. Süße und erotische Überraschungen auf dem Zimmer sowie ein romantisches Rahmenprogramm mit Candle-Light-Dinner, Schokofondue und einem Sektfrühstück vom Buffet, lassen die Herzen aufgehen und sind die Highlights für gefühlvolle Tage. Mit inbegriffen ist auch der Eintritt für Zwei in die Vinzenz Therme im wenige Kilometer entfernten Ditzgenbach.



AKZENT Hotel ★★★ 
Höhenblick

Obere Sommerbergstraße 10
73347 Mühlhausen im Täle
Telefon: 07335 969900
Email: info@hotel-hoehenblick.de
www.hotel-hoehenblick.de



Valentius-Special

- | | |
|--|--|
| ■ 1 x Übernachtung im romantisch dekorierten Komfort-Doppelzimmer | ■ 1 x ein leckeres Sektfrühstück vom Buffet |
| ■ 1 x eine Kuschelbox mit süßen und erotischen Überraschungen auf Ihrem Zimmer | ■ 1 x abends ein Candle-Light-Menü in vier Gängen |
| ■ 1 x ein sündiges Schokofondue mit frischen Früchten für Zwei | ■ 1 x Eintritt für Zwei in der Vinzenz Therme in Bad Ditzgenbach |
- Doppelzimmer p.P. 101,90 €

Jetzt buchen

auf www.akzent.de oder www.hotel-hoehenblick.de



Bequ沿海volle Tage in Dettelbach

Mit „Nur die Liebe zählt...“ ist das Special im kleinen und feinen **AKZENT Hotel Am Bach** in der romantisch-fränkischen Dettelbacher Altstadt beschrieben, das wie für den Valentinstag gemacht ist. Ein abendliches Liebes-Fondue mit einer anschließenden Übernachtung im 4-Sterne Kuschelzimmer und morgendlichem Zimmerfrühstück bescheren knisternde Romantik und pure Erholung. Unvergessliche Wohlfühlmomente bescheren zusätzlich ein Aromadampfbad mit Pflegeöl, einer Decke und Bademantel für 1,5 Stunden ganz für das verliebte Pärchen allein. Am Abreisetag steht Ihnen das Zimmer bis 16 Uhr zur Verfügung, sodass die Gäste noch lange und ganz in Ruhe Ihre Zweisamkeit genießen können.



AKZENT Hotel ★★★
Am Bach

Eichgasse 5
97337 Dettelbach
Telefon: 09324 973 00
Email: info@hotelambach.de
www.hotelambach.de



Nur die Liebe zählt...

Das romantische Arrangement für alle (Frisch-) Verliebten.

- 1 Übernachtung mit Zimmerfrühstück im 4-Sterne Kuschelzimmer
 - auf Wunsch auch im Wasserkuschelbett (140 cm)
 - 1 Glas Sekt zum Empfang
 - leichtes „Liebes-Fondue“ je nach Jahreszeit wechselnd
 - Aromadampfbad / Sauna am
- morgen zwischen 9-13 Uhr mit Pflegeöl, Decke und Bademantel 1,5 Std. für Sie allein
- Das besondere Angebot: Dieses Zimmer steht Ihnen am Abreisetag bis 16 Uhr zur Verfügung!
- Doppelzimmer p.P. 159,00 €

Jetzt buchen

auf www.akzent.de oder www.hotelambach.de



© Syda Productions - Fotolia.com

Warum wir heute Valentinstag feiern

Der Valentinstag ist der Tag der Liebenden und das Fest der Freundschaft. Blumen, Gedichte, Küsse und Zweisamkeit – diese Liebesbeweise haben an Valentinstag Hochkonjunktur. Wie nun die Liebenden den Valentinstag begehen ist eine Sache, aber woher kommt die Verbindung dieses Tages mit dem heiligen Märtyrer Valentin? Der Legende nach hat Bischof Valentin im Rom des dritten Jahrhunderts Liebespaare nach christlichem Ritual vor Gott getraut – obwohl Kaiser Claudius II. das aufgrund des Widerspruchs zum römischen Recht und Glauben untersagte. Zu seinem Ritus gehörte es, den Ehepaaren Blumen zu überreichen. Die Tradition des Blumen-Verschenkens in Deutschland

findet also ein Vorbild in der Geschichte des Valentinstags. Dass er jedes Jahr nun auf den 14. Februar fällt, hängt mit einem traurigen Umstand zusammen: Wegen des Auslebens seiner christlichen Weltanschauung ließ Kaiser Claudius II. den Bischof an diesem Tag im Jahr 269 n. Chr. enthaupten.

Trotz des bitteren Endes Valentins dient sein Leben und sein Einsatz den Liebenden noch heute als Vorbild: Er ließ sich seine Liebe zu Gott genauso wenig untersagen, wie das Vermählen zweier sich Liebender. Aus diesem Grund steht der Valentinstag im Zeichen der Liebe.

Sinnliche Zeit zu Zweit

Der oder dem Liebsten eine romantische Freude bereiten? Das **AKZENT** Aktiv & Vital Hotel Thüringen, in der geschichtsträchtigen Fachwerkstadt Schmalkalden im Herzen Deutschlands sorgt für zwei unvergessliche Tage. Über den Dächern der bekannten Lutherstadt genießen Hotelgäste das Arrangement „Liebe liegt in der Luft! – Sinnliche Erotik“. Das Zimmer in der gebuchten Kategorie, geschmückt mit Rosen und romantischen Accessoires, versüßt den Aufenthalt. Die Gäste genießen zudem ein harmonisches viergängiges Candle-Light-Dinner am Abend und am Morgen ein Vital-Frühstücksbuffet mit Kraft weckenden Kaffeespezialitäten für einen guten Start in den neuen Tag. Während des Aufenthaltes können die Turteltauben den Saunabereich mit hauseigenem Gradierwerk und den Indoor-Pool frei benutzen, in einen Bademantel kuscheln und gemeinsam mit dem Partner die Zweisamkeit in vollen Zügen genießen.



AKZENT ★★★★★
Aktiv&Vital Hotel Thüringen

Notstraße 33
98574 Schmalkalden
Telefon: 036 83 466570
Email: info@aktivhotel-thueringen.de
www.aktivhotel-thueringen.de



Ihre Gastgeber
Familie Gerber

Liebe liegt in der Luft!

Nehmen Sie sich Zeit für ein bisschen Romantik und Liebe und überraschen Sie Ihren Partner mit etwas Zweisamkeit. Wir sorgen für zwei unvergessliche Tage mit Verwöhnprogramm. Lassen Sie Ihren Tag mit einem wunderschön romantischen 4 Gang Candle-Light-Dinner geschmackvoll ausklingen.

- 2 x Übernachtung in der gebuchten Kategorie
- Zimmer romantisch mit Rosen und Accessoires dekoriert
- 2 x Vital-Frühstücksbuffet inkl. Kaffeespezialitäten
- 1 x romantisches 4-Gang-Candle-Light-Dinner am 2. Abend mit 2 Hauptgerichten zur Wahl
- 1 x kuscheliger Leihbademantel & Saunatuch während des Aufenthaltes
- täglich 1 Flasche Thüringer Waldquell Mineralwasser auf dem Zimmer
- SKY Sport News und SKY Atlantic auf dem Zimmer
- 1 GB WLAN auf dem Zimmer
- Nutzung des Saunabereiches mit Infrarot-Tiefenwärmekabine & hauseigenem Gradierwerk
- Nutzung des Indoor-Pools mit Gegenstromanlage
- Parkplatz direkt am Hotel

Doppelzimmer p.P. ab 149,00 €

Jetzt buchen

auf www.akzent.de oder www.aktivhotel-thueringen.de

THANK YOU



So feiert die Welt

Japan

Im Land der aufgehenden Sonne ist man regelrecht verrückt nach dem Valentinstag und die Japaner zählen zu den größten Fans dieses Tages. Obwohl es eine westliche Tradition ist, etablierte sich der Brauch ab 1936. Doch sorgte ein Übersetzungsfehler dafür, dass an diesem Tag nur die Herren mit Schokolade beschenkt wurden. 1970 wurde dann nachträglich am 15. März der „White Day“ eingeführt: ein Valentinstag ganz allein für die Damenwelt, an dem sich die zuvor beschenkten Herren revanchieren.

Finnland

Hoch im Norden ist wohl jeder Single am besten aufgehoben, dem der ganze Kitsch um Valentinstag an die Nerven geht. Denn in Finnland braucht man keine Angst zu haben, das dritte Rad am Wagen zu sein. Hier feiert man am 14. Februar nicht Valentinstag, sondern den „Freundetag“ – es dreht sich alles um das Feiern und Zusammensein mit den Freunden, denen aber natürlich auch mit Geschenken eine Freude bereitet werden kann.

Indien

Hier gibt es strikte Regeln, die das Verhalten eines Paares in der Öffentlichkeit einschränken – nicht einmal Händchen halten ist erlaubt. Doch an Valentinstag können Paare ihre Chance nutzen, an diesem Tag ist das Ergreifen der Hand der oder des Geliebten erlaubt. Dann stehen die indischen Turteltauben sogar unter Polizeischutz. Zwischen Demonstrationen gegen den Valentinstag haben es die Pärchen nämlich nicht unbedingt leicht. Ist dann auch nur zu hoffen, dass der Schutz der Paare eine Herzensangelegenheit der Polizisten ist.



Kuscheltage für Verliebte

Im schönen Ottobeuren liegt das 3-Sterne-Superior **AKZENT** Brauerei Hotel Hirsch. Hier können Sie in diesem Jahr einen ganz besonderen Valentinstag erleben. Das Arrangement „Zeit zu zweit“ umfasst neben einer Übernachtung im großzügigen, komfortablen und lichtdurchfluteten Doppelzimmer ein viergängiges Candle-Light-Dinner im behaglichen Restaurant und ein Frühstück vom Buffet. Auch die Saunawelt des Hotels steht den Gästen zur Verfügung: Schnappen Sie sich einen kuscheligen Bademantel und gönnen sich in trauter Zweisamkeit pure Entspannung. Zudem bestaunen Urlauber den berühmten Kaisersaal, das Klostermuseum und die prachtvolle Basilika. Entführen Sie ihren Partner ins **AKZENT** Brauerei Hotel Hirsch, denn dort erwartet Sie ein einzigartiger Valentinstag.



© haley-powers



AKZENT ★★★ Brauerei Hotel Hirsch

Marktplatz 12
87724 Ottobeuren
Telefon: 08332 79 67 70
Email: hotel@hirsch-ottobeuren.de
www.hirsch-ottobeuren.de



Zeit zu zweit

- Begrüßungscocktail an der Hotelbar.
- Candle-Light-Dinner mit 4-Gängen im stimmungsvollen Restaurant.
- Entspannung in der Saunawelt mit großem Kneippbecken im kuscheligen Leihbademantel.
- Frühstücksbuffet mit vielen regional kontrollierten Frischeprodukten.
- Übernachtung im großzügigen, komfortablen und modernen Doppelzimmer mit Badewanne und Dusche.
- Besuch des Klostermuseums und des berühmten Kaisersaals.
- Besuch der Basilika, 1 Flasche Mineralwasser auf dem Zimmer.

Doppelzimmer p.P. 89,00 €

Verlängerungsnächte sind jederzeit nach Verfügbarkeit möglich

Jetzt buchen

auf www.akzent.de oder www.hirsch-ottobeuren.de

Romantische Tage im Emsland

Ein angenehmes und romantisches „Valentinstagsspecial“ verspricht das **AKZENT** Hotel Borchers in Dörpen im Emsland. Die Gäste des familiengeführten Hauses erwarten zwei Übernachtungen in einem mit Rosenblüten dekoriertem Bett. An einem Abend steht ein dreigängiges Candle-Light-Dinner auf dem Programm. Zu einem romantischen Spaziergang lädt die Festung Bourtange ein. Ein unvergleichbares historisches Verteidigungsbauwerk nahe der deutsch-niederländischen Grenze im schönen Westerwolde, das einen in die Mitte des 18. Jahrhunderts zurück versetzt. Nach einem ausgiebigen Schlaf in herrlich weichen Betten kann ein Langschläferfrühstück auf dem Zimmer genossen werden.



AKZENT Hotel ★★★ Borchers

Neudörpener Straße 48-52
26892 Dörpen
Telefon: 04963 9 19 30
Email: info@hotel-borchers.de
www.hotel-borchers.de



Ihre Gastgeber
Familie Borchers

Valentinstagspecial

Sie suchen die Zweisamkeit? Genießen Sie unvergessliche Tage und besuchen Sie die umliegenden Sehenswürdigkeit z.B. die romantische Festung Bourtange. Ihr Bett ist mit Rosenblüten bedeckt. Abends erwartet Sie ein Candle-Light-Dinner. Nach einem ausgiebigen Schlaf erwartet Sie am Abreisetag ein Langschläferfrühstück auf Ihrem Zimmer. Genießen Sie in aller Ruhe die Zweisamkeit und reisen erst spät ab.

- 2 x Übernachtung im romantisch mit Rosenblüten dekoriertem Bett
- 1 x Frühstück vom Büfett
- 1 x Candle-Light-Dinner
- 3 Gänge Menü
- 1 x Langschläferfrühstück auf dem Zimmer
- 1 x late check out (bis 13.00 Uhr möglich)

Zimmer p.P. 104,90 €

Jetzt buchen

auf www.akzent.de oder www.hotel-borchers.de



© Antonioquillen



© agneskantaruk - Fotolia.com



AKZENT Hotel ★★ ★★ 
Möhringer Hof
 Hechinger Straße 64-68
 70567 Stuttgart
Telefon: 0711 71 97 00
Email: info@hotel-moehringerhof.de
www.hotel-moehringerhof.de

Ihre Gastgeber
Familie Wegener



- Musical Geschenkpaket -
 (Anreise Do.-Sa. täglich möglich)

→→→ ♥ ←←←

BODYGUARD – DAS MUSICAL
 oder
Disneys DER GLÖCKNER VON NOTRE DAME

- 1 od. 2 x **Übernachtung** im komfortablen Doppelzimmer
- 1 od. 2 x reichhaltiges **Frühstücksbuffet** mit Bioecke am 1. Frühstückstag speziell **romantisch dekoriertes Tisch** passend zum Musical-nur für Sie beide!
- 1 x Strauß mit **langstieligen roten Rosen** zur Begrüßung auf Ihrem Zimmer
- Ihr Bett und Bad mit frischen Rosenblättern traumhaft geschmückt
- 1 x köstliches Pralinenherz zum „Vernaschen“
- 1 x Begrüßungsgetränk im Hotel
- 1 x **Musicalticket** in gewünschter Preiskategorie
- 1 x Stadtplan zur besseren Erkundung Stuttgarts
- 1 x Spielbank-Gutschein für das Große Spiel (z.B. nach dem Musical)

ab **139,90 € pro Person**

Musicalhighlights in Stuttgart

Das **AKZENT** Hotel Möhringer Hof wird besonders von Musicalsfans gern gebucht. Denn das Drei-Sterne-Superior-Haus bietet als Musicalhotel immer wieder passende Arrangements zu einzigartigen Musicalaufführungen in Stuttgart. Zum Tag der Liebenden bietet es sich an, seinem oder seiner Liebsten ein musikalisches Geschenk zu machen. „Am Valentinstag keine Zeit? Das ist für uns kein Problem, denn unsere Geschenkpakete sind auch als Gutscheine auf ein späteres Datum ausstellbar oder aber auch gerne ohne Datum buchbar“, empfiehlt **AKZENT**-Gastgeberin Birgit Wegener, „auf jeden Fall kommt diese Liebes-Überraschung zu 150 Prozent an!“ **BODYGUARD-DAS MUSICAL**, das im Palladium Theater Stuttgart spielt, kann mit Aisata Blackman, Voice of Germany-Gewinnerin und Erstbesetzung der Rachel, die Geschichte um Whitney Houston perfekt darbieten – der Vorhang von Disneys **DER GLÖCKNER VON NOTRE DAME** öffnet sich gegenüber im Apollo Theater und wartet ebenso mit einer Spitzencast und einem grandiosen Bühnenbild auf sein Publikum. „Appetit holen kann man sich auch auf unserem Youtube-Kanal des Möhringer Hof – Live-Gesangssproben der Musicaldarsteller sprechen hier für sich!“ weist **AKZENT**-Hotelier Friedrich Wegener hin. Inspiriert? Falls Fragen sind, das Team vom **AKZENT** Hotel Möhringer Hof hilft Ihnen auch gerne persönlich am Telefon weiter. Ansonsten – bis bald in Stuttgart – Familie Wegener freut sich auf Ihre Buchung!





*Sagenhaftes
Naturerlebnis
-
Urlaub im
Salzlandkreis*

Nienburg an der Saale – idyllisch gelegen in der wunderschönen Auen- und Seenlandschaft im Salzlandkreis. Inmitten unberührter Natur gestaltet sich nicht nur in dem Ort selbst ein erholsamer Aufenthalt, sondern vor allem das AKZENT Hotel Acamed Resort im kleinen Ortsteil Neugattersleben ist für seine Gäste eine fantastische Wohlfühlreise.

Erholsame Nächte...

Direkt am See gelegen, ist das **AKZENT** Hotel Acamed Resort in Besitz von insgesamt 91 Nichtraucherzimmern in verschiedenen Zimmerkategorien. Doch egal für welches Zimmer die Reisenden sich entscheiden: sobald sich die Tür in das kurzzeitig neue Zuhause öffnet, wird der Gast von einem lichtdurchfluteten Raum empfangen. Modern und geräumig in frischen Farben eingerichtet, mit einem Blick ins umgebende Grün, können die Hotelbesucher einfach abschalten. Ein kleines Zuhause, ausgestattet mit Flat Screen, gemütlichem Mobiliar und kostenfreiem WLAN-Zugang. Auch besitzt jedes der Zimmer ein eigenes Bad, sodass morgens ein schneller Wechsel aus der wohligen Wärme der großen kuscheligen Betten direkt unter den heißen Wasserstrahl der Dusche stattfinden kann.

...erlebnisreiche Tage!

Rund um das **AKZENT** Hotel Acamed Resort gibt es eine ganze Menge zu entdecken. Ob Golf, Tretbootfahren, Minigolf und Vieles mehr – das Hotel bietet in seiner idyllischen Lage eine große Palette an Möglichkeiten, die eine individuelle Freizeitgestaltung versprechen. Neben den Aktivitäten rund um den See haben

Hotelgäste zudem die Gelegenheit, sich an der Rezeption ein City- oder auch Mountainbike auszuleihen. Denn in der direkten Umgebung liegen drei attraktive Radwege, auf denen sich die Anhaltiner Landschaft, sowie die malerischen Städte und Dörfer ideal erkunden lassen. Gehen Sie auf Entdeckungstour und lernen unter anderem die Landeshauptstadt Magdeburg, Dessau an der Elbe oder auch Halle an der Saale kennen und lieben.

Ein Besuch in der nahegelegenen Stadt Bernburg bietet sich ebenfalls an. Mit der „Bernburg Plus Card“ erhalten Hotelbesucher kostenfreien Eintritt in 8 attraktive Freizeitangebote der Region. Ob unter anderem der Eulenspiegelturn, das Schlossmuseum Bernburg oder eine Fahrt auf der Saale mit der MS Saalefee – es gibt Einiges zu entdecken und zu bestaunen.

Kulinarische Genüsse

Das hauseigene Restaurant „Albatros“ kümmert sich rund um die Uhr um den kleinen und großen Hunger der Gäste. Mit Blick auf den See, entweder aus dem Wintergarten oder von der Seeterrasse: im Restaurant „Albatros“ lässt es sich zu jeder Tageszeit wunderbar schlemmen.

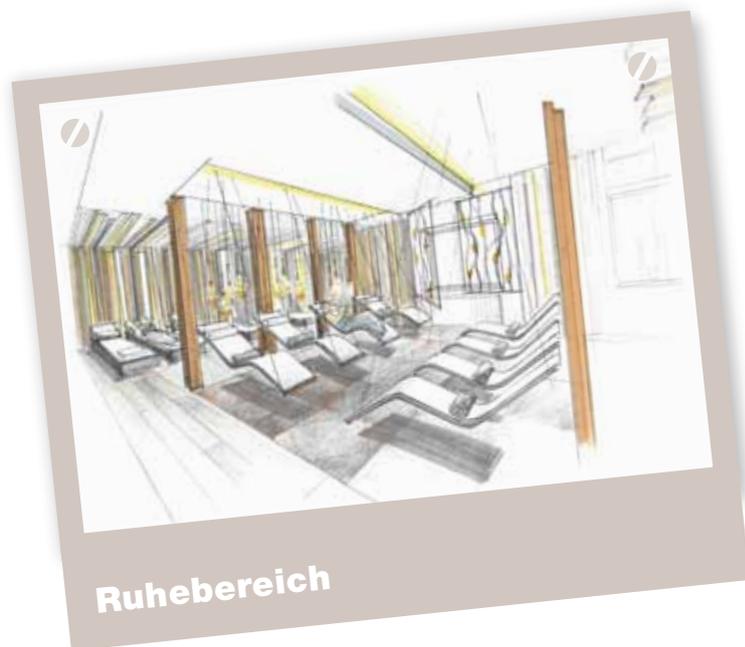
Mit im Preis eines Zimmers enthalten ist das reichhaltige und variationsreiche Frühstücksbuffet. Mit diesem verschafft das Hotelrestaurant den Urlaubern einen fantastischen Start in den Tag. Denn für eine Tagestour durch den Salzlandkreis darf eine ausgewogene und wohlschmeckende Stärkung am Morgen nicht fehlen. Abends können sich die Gäste des Restaurants im kulinarischen Rahmen saisonal wechselnde Gerichte und regionale Spezialitäten schmecken lassen, die für höchsten Gaumengenuss sorgen.

Wellness und Entspannung

Neben ausgiebigen Unternehmungen rund um das Hotel, gehört natürlich auch Entspannung zu einem perfekten Urlaubswochenende. Hier dürfen sich die Gäste des **AKZENT** Hotels Acamed Resort auf Ende April 2018 freuen.

Denn dann wird der neue Wellnessbereich „Salzkristall“ den Hotelbesuchern seine Pforten öffnen. Mit allen Sinnen kann auf über 250 Quadratmetern Erholung gefunden werden. Sich regenerieren und neue Energie tanken, ist hier die Devise. Pures Schwitzvergnügen erleben Gäste unter anderem in einer Panoramasauna, einer Biosauna und einem Dampfbad. Eingebettet in die neue Saunalandschaft sind die vier Elemente: Erleben Sie das Feuer in der Sauna, (See-)Luft im Außenbereich, Wasser in diversen Abkühlungsmöglichkeiten und (sandige) Erde im Innen- und Außenbereich. Der Wellnessbereich liegt direkt am See und besitzt eine blickgeschützte Dachterrasse. Auch stehen den Saunagängern zahlreiche Außenliegen an der weitläufigen Strandlandschaft zur Verfügung.

Ein Besuch in dem bald neu öffnenden Wellnessparadies ist daher wärmstens zu empfehlen – der moderne und gleichzeitig sehr gemütlich eingerichtete Bereich entführt seine Gäste in eine Welt der Entspannung und lässt diese für eine ganze Zeit den Alltagsstress vergessen und sowohl den Körper als auch den Geist auf ganzer Linie durchatmen.



Ruhebereich



Behandlungsraum



Saunabereich



AKZENT Hotel ★★ ★★ 
Acamed Resort

Brumbyer Straße 5
06429 Nienburg - Neugattersleben
Telefon: 034721 50 100
Email: info@acamedresort.de
www.acamed.de



AYURVEDA

Altes Wissen vom langen Leben

Die Lehre des Ayurveda ist mehr als eine Heilkunde für kranke Menschen. Das eigentliche Ziel besteht darin, Gleichgewicht in Körper und Bewusstsein zu bringen und dadurch ein langes und erfülltes Leben zu ermöglichen. So ist Ayurveda eng mit dem Yoga verwandt. Laut einer Umfrage praktizieren Yoga knapp 9 Millionen Deutsche. Und nun ist auch das alte Wissen um die Ayurveda-Lehre ganz entspannt im 21. Jahrhundert angekommen.

WAS IST AYURVEDA?

Ayurveda oder das „Wissen vom langen, gesunden Leben“ ist die älteste aus Indien stammende Heilkunst der Welt (ca. 3500 Jahre alt), aufgezeichnet in den Veden – den heiligen indischen Lehren. Ayurveda ist die älteste uns überlieferte Gesundheitslehre, die heute noch praktiziert und gelehrt wird. Im Laufe der Jahrtausende hat das Gesundheitssystem wechselhafte Bedeutung in seinem Ursprungsland Indien gehabt. Einst war sie eine hochentwickelte Lehre, die verschiedenste Gebiete umfasste, wie z.B. Frauen- oder Kinderheilkunde, Chirurgie etc. Durch verschiedene äußere Einflüsse verlor Ayurveda dann zeitweise an Bedeutung, ging jedoch nie ganz verloren. Heute erlebt die Lehre wieder die Anerkennung, die ihr gebührt und sie verbreitet sich auch im Westen immer mehr. Ziel des Ayurveda ist es, die Gesundheit ganzheitlich zu erhalten und Krankheiten zu heilen.

Es geht sowohl um die Früherkennung und Behandlung von Befindlichkeitsstörungen, die Vermeidung von modernen Krankheiten als auch um die Behandlung bestehender, chronischer Erkrankungen. Die in der indischen Kultur und in den Regionen am Fuß des Himalaja seit fast 5.000 Jahren praktizierte Gesundheitslehre beruht auf

der These, dass der Körper uns mitteilt, was für ihn bekömmlich ist. Mit „Lebensweisheit“ und „Wissenschaft vom Leben“ lässt sich das Wort Ayurveda trefflich übersetzen, denn er entstammt dem Sanskrit: „ajus“ bezeichnet das Leben und „veda“ steht für das Wissen. Tatsächlich wirkt die Kenntnis von Zusammenhängen, wie sie im Ayurveda beschrieben ist, dahingehend verändernd, dass man bewusster mit seinem Körper und seinen Schwächen und Stärken umgeht und auch mehr Verständnis für seine Mitmenschen entwickelt.

Ayurveda ermöglicht uns, das Gleichgewicht von körperlichem und seelischem Wohlbefinden wieder herzustellen und in Einklang mit uns und den Gesetzmäßigkeiten der Natur zu leben. Und das deutet schon auf den ganzheitlichen Ansatz dieser Lehre hin: Der ganzheitliche Lebenswandel.

PHILOSOPHIE UND ERFAHRUNGSWERTE

Die Lehre beschreibt den ganzheitlichen Anspruch. Der Fokus liegt auf Aspekten, die für menschliche Gesundheit oder Krankheit wesentlich sind. Hierzu zählt die Physis ebenso wie Emotion, aber auch mentale und spirituelle Zustandsbeschreibungen. Die Philosophie des Ayurveda beschreibt unter der Bezeichnung „Doshas“ die unterschiedlichen Lebensenergien (Regelkräfte).

Vata - das Bewegungsprinzip, Pitta - das Feuerprinzip, Kapha - das Strukturprinzip: Alle drei Prinzipien sind für das Überleben notwendig und das Zusammenwirken findet sich überall in der Natur wieder. Wasser, Erde, Feuer, Luft und Äther sind die fünf Elemente, aus denen sich das Universum im Ayurveda zusam-



und durch die synchrone Behandlung beider Körperhälften ein wunderbar ganzheitliches Gefühl bei dem Behandelten entstehen lassen. Neben den Ölmassagen gibt es noch viele weitere Massageformen.

HEILKUNST ERLEBEN IM THÜRINGISCHEN WALD

Im staatlich anerkannten Kneippkurort und seit 2016 Kneipp-Heilbad Tabarz verbringen Gäste mit dem Arrangement „Ayurveda Verwöhnzeit“ vier erholsame Nächte im 4-Sterne **AKZENT Hotel Zur Post**. Die Hotelgäste genießen eine Sauna- und Bäderlandschaft sowie zahlreiche Massageangebote aus der ayurvedischen Lehre und ein Cleopatrabad. Erholungssuchende stellen hier ihr Gleichgewicht von körperlichem und seelischem Wohlbefinden wieder her und erfahren den Einklang mit sich selbst.

Ihr Gastgeber
Mario Peschke



AKZENT Hotel ★★★★★
Zur Post

Lauchgrundstraße 16
99891 Bad Tabarz
Telefon: 036259 6660
Email: info@hotel-tabarz.de
www.hotel-tabarz.de



AYURVEDA VERWÖHNZEIT

- 4 x Übernachtung inklusive Frühstück
 - 4 x Halbpension als 3-Gang-Wahlmenü
 - 2 x Shirodhara Stirn-Ölguss mit anschließender Shiroabhyanga – Ayurvedische Kopf- und Gesichtsmassage und Kräuterpackung
 - 1 x Cleopatrabad
 - 1 x Abhyanga - Ayurvedische Ganzkörpermassage
 - 1 x Padabhyanga – Ayurvedische Fußmassage
 - 1x Wellnessgetränk von Thüringer Waldquell
 - 1x Badeschlappen
 - 1x Bademantel (leihweise)
 - täglich Nutzung der mediterranen Saunalandschaft möglich
- | | |
|-------------------|----------|
| Doppelzimmer p.P. | 399,00 € |
| Einzelzimmer p.P. | 459,00 € |

Jetzt buchen

auf www.akzent.de oder www.hotel-tabarz.de

mensetzt. In diese Elemente eingebunden ist das Leben als Einheit aus Körper, Seele, Sinn und Verstand. Der Mensch ist in seinem Sein des Wachsens und Vergehens bestimmt durch die o. g. drei Doshras in Verbindung mit sieben Basisstoffen sowie den vom Körper bei der Nahrungsverbrennung und Bewegung produzierten Abfallstoffen. Vor diesem Hintergrund und in diesem Zusammenspiel macht es sich die ayurvedische Heilkunst zur Aufgabe, ernsthafte Krankheiten zu vermeiden, indem man die auslösenden Faktoren der Krankheit ermittelt und versteht.

ERNÄHRUNG IM AYURVEDA

Die Ernährung nimmt im Ayurveda einen großen Stellenwert ein. Es wird nichts verboten, sondern die Lehre des Ayurveda empfiehlt eine ausgewogene und der Konstitution entsprechende Nahrung. Ausgewogen im ayurvedischen Sinne bedeutet, alle sechs Geschmacksrichtungen zu berücksichtigen: süß, sauer, salzig, scharf, bitter und zusammen-ziehend. Jede dieser Geschmacksrichtungen beeinflusst die Doshas. Nahrungsaufnahme ist Energieaufnahme. Durch die richtige Nahrung und die entsprechende Zusammenstellung des Essens können Sie also Ihre Doshas positiv beeinflussen.

ÖLMASSAGEN

Bei uns Deutschen erfreuen sich die sanften Massagen mit warmen Ölen inzwischen hoher Beliebtheit. Oftmals wird Ayurveda ausschließlich darauf reduziert. In der ayurvedischen Lehre gelten Massagen als eigenständige Therapieform, jedoch unter vielen anderen weiteren Therapien. Am bekanntesten ist die Synchronmassage, bei der 2 Massagetherapeuten gleichzeitig die Massage durchführen





© shalith - Fotolia.com

GROBER GENUSS

schnell & einfach lecker!

Yummy!

Viele Menschen kennen das Problem: Wenn wir nach einem langen, vielleicht auch harten Arbeitstag endlich zu Hause sind, überkommt einen selten die Lust, sich noch groß hinter den Herd zu stellen. Froh darüber,

die Beine hochlegen und sich entspannen zu können, sollte die Nahrungszubereitung nicht viel Zeit in Anspruch nehmen – es soll schnell gehen! Je schneller das Essen fertig ist, umso eher kann man sich in die Waagerechte aufs Sofa kuscheln.

Schnell = Fastfood? Nein. Ein schnelles Essen ist in keinsten

Weise nur mit Fastfood in Verbindung zu bringen. Natürlich geht Fastfood – wie ja der Name schon sagt – schnell, aber bis man auch hier eine Bestellung aufgegeben hat und bis man diese essbereit in der Hand hält, kann auch einige Zeit vergehen. Denn entweder die TK-Lasagne im Ofen braucht ihre 30 Minuten, oder auch andere hegen den Gedanken an schnelles Essen und die Schlangen im nächsten Drive-In werden immer länger.

Doch wer seinem Kalorienhaushalt etwas Gutes tun möchte, nutzt die Wartezeit anderweitig und schmeißt die Küchenschürze über. Denn auch die gesunde Küche bietet schnelle, einfache und leckere Rezepte, die in ein paar Minuten zuzubereiten sind.

SEAFOOD menu



FISCH-GEMÜSE-CURRY



30 MIN.

- 1 Zwiebel
- 3 EL Öl
- 3 TL rote Currypaste
- 450 g frisches Mischgemüse oder ein TK-Beutel Mischgemüse
- 200 ml Kokosmilch
- 2 Seelachsfilets, (à 120 g)
- Salz
- 4 EL Cashewkerne, geröstet und gesalzen
- 0.5 Bund glatte Petersilie

Die Zwiebel wird gewürfelt und in einer großen Pfanne mithilfe von Öl glasig gedünstet. 2 TL der Currypaste werden untergerührt und ca. 1 Minute mitgedünstet. Nun wird entweder zerkleinertes, frisches Gemüse oder der TK-Beutel zugegeben. Die Kokosmilch wird nun zum Ablöschen zugegossen und aufgekocht. Jetzt die abgedeckte Pfanne bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten garen lassen. Das Gemü-

se im Anschluss abschmecken und gegebenenfalls nachwürzen. Nun wird der Fisch in mundgerechte Happen geschnitten und auf dem Gemüse verteilt. Noch einmal die abgedeckte Pfanne bei mittlerer Hitze 5-8 Minuten garen lassen. Fertig! Je nach Geschmack können zusätzlich Petersilie oder Cashewkerne über das Curry gestreut werden. Als Beilage empfiehlt sich Basmati-Reis.

GRÜNE CURRY-KOKOS-SUPPE

30 MIN.



- 150 g TK Brechbohnen
- 100 g TK Blattspinat
- 15 g frischen Ingwer
- 1 Schalotte
- 1 EL Öl
- 2 TL Currypulver
- 400 ml Gemüsebrühe
- 200 ml Kokosmilch
- 70 g Reismudeln
- Zucker, Sojasauce
- 2 TL Limettensaft

Das TK-Gemüse auftauen. Der Ingwer und die Schalotte werden geschält, fein gehackt und in einem heißen Topf mit Öl zusammen mit 2 TL Currypulver angedünstet. Brühe und Kokosmilch werden zum Ablöschen hinzugefügt und alles einmal aufgekochen. Nun das aufgetaute TK-Gemüse hinzufügen und etwa 2 Minuten kochen. Je nach Geschmack kann die Kokosmischung mit einem Stabmixer zerkleinert werden. Bei mittlerer Hitze werden dann die Reismudeln zugegeben und nach Packungsanleitung in der Suppe gegart.

Zum Schluss mit dem Zucker, dem Limettensaft und der Sojasauce abschmecken. Für den extra Hingucker können Sie die Suppe einfach mit etwas Currypulver bestreut servieren.



Der aktuelle Trend heißt „Eat Green“ – „essen, was grün ist“. Dieser „grüne Lifestyle“ unterstützt ohne Frage die Empfehlung, reichlich Gemüse und Obst zu verzehren – 3 Portionen Gemüse und 2 Portionen Obst am Tag sollten es sein.

Die grüne Curry-Kokos-Suppe bietet mit den Brechbohnen und dem Blattspinat die perfekte Gelegenheit den aktuellen Trend auszuprobieren.



ZUCCHINI-RÖLLCHEN MIT SCHAFSKÄSE



20 MIN.

- 1/2 Bund Schnittlauch
- 2 Zucchini
- Salz
- 200 g Schafskäse
- 100 g Ajvar
- 2 EL Olivenöl

Die Zucchini waschen und mit einem Gemüsehobel bzw. Sparschäler in dünne Scheiben schneiden. Die Zuccinischeiben dann auf einem Küchentuch auslegen und mit ein wenig Salz bestreuen, damit der Zucchini das Wasser entzogen wird (etwa 5 Minuten). In der Zwischenzeit den Schnittlauch waschen, abtropfen und in ca. 2 cm lange Stücke hacken. Aus dem Schafskäse lange Stifte schneiden.

Die Zucchini abtupfen, 2-3 Scheiben überlappend nebeneinander legen und mit 1 TL Ajvar bestreichen. Dann an das eine Ende der Scheiben ein paar Schafskäsesticks legen und die Zucchini aufrollen (am besten mit einem Zahnstocher feststecken). Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Röllchen etwa 5-8 Minuten unter wenden anbraten. Zum Schluss mit dem Schnittlauch servieren.

BRUSCHETTA

20 MIN.



- 5 Fleischtomate(n) oder Strauchtomaten
- 2 Knoblauchzehe(n)
- 5 EL Olivenöl oder Salatöl
- 2 Ciabatta
- Salz, Pfeffer
- Frischer Basilikum



Die Tomaten waschen, den Strunk entfernen und in kleine Würfel schneiden. Den Knoblauch sehr klein schneiden oder durch eine Presse quetschen und zu den Tomaten geben. Mit 3 EL Öl, Salz und Pfeffer abschmecken und im Kühlschrank etwas durchziehen lassen. Den Backofen auf 190 °C Umluft vorheizen. Das Ciabatta

in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und mit dem restlichen Öl beträufeln. Etwas Backpapier auf das Gitter legen, Ciabatta darauf verteilen und 5-8 Minuten golden backen. Zum Schluss das Brot mit der Tomatenmischung beleben und mit Basilikumblättern garniert servieren.

ARD	ARD	ZDF	RTL	SAT.1	PRO 7	RTL II
8.20 neuneinhalb 8.30 Armans Geheimnis 8.55 Tagesschau 9.00 Sportschau. u.a. Wintersport. Dazw.: 11.10/13.30/16.45 Tagesschau 19.57 Lotto am Samstag 20.00 Tagesschau	15.20 Kerners Köche 16.05 Bares für Rares 17.00 heute Xpress 17.05 Länderspiegel 17.35 plan b: Weniger ist mehr 18.05 Soko Wien 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Bergretter	16.05 Die Trovatos - Detektive decken auf 17.45 Best of...! Deutschlands schnellste Rankingshow 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Explosiv - Weekend	14.45 So gesehen 17.00 Auf Streife - Die Spezialisten 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Grenzenlos - Die Welt entdecken 19.55 SAT.1 Nachrichten	16.00 Klinik am Südring 16.59 So gesehen 17.00 Auf Streife - Die Spezialisten 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Grenzenlos - Die Welt entdecken 19.55 SAT.1 Nachrichten	15.00 Grey's Anatomy - Die jungen Ärzte 16.00 Grey's Anatomy - Die jungen Ärzte 17.00 taff weekend 18.00 Newstime 18.10 The Big Bang Theory 18.40 The Big Bang Theory 19.05 Galileo	16.00 Zuhause im Glück - Unser Einzug in ein neues Leben 18.00 Babys! Kleines Wunder - großes Glück 19.00 Babys! Kleines Wunder - großes Glück 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter
20.15 Wer weiß denn sowas XXL 23.25 Tagesthemen 23.45 Das Wort zum Sonntag Don - The King is back 2.00 Tagesschau	20.15 Wilsberg 21.45 Stralsund - Es ist nie vorbei 23.15 heute-journal 23.30 Die zwei Gesichter des Januars 0.55 heute Xpress	20.15 Deutschland sucht den Superstar 22.30 Faisal Kawusi live! Glaub nicht alles, was du denkst 0.10 Deutschland sucht den Superstar	20.15 Harry Potter und der Feuerkelch 23.25 Blade 1.40 Assassination Games 3.25 Blade	20.15 Die Promi-Darts-WM 2018 0.15 Crash Games - jeder Sturz zählt 0.50 Crash Games - jeder Sturz zählt 1.20 Crash Games - jeder Sturz zählt	20.15 Stand By Me - Das Geheimnis eines Sommers 22.05 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer 23.10 Game Of Thrones	
16.55 Shopping Queen 18.00 hundkatzenmaus 19.10 Har-te Hunde - Ralf Seeger greift ein 20.15 Madagascar 3: Flucht durch Europa, Trickfilm 21.55 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin 22.55 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin	14.25 Forever 15.25 Elementary 16.15 kabel eins news 16.30 Elementary 17.30 Navy CIS: L.A. 19.20 Navy CIS 20.15 Hawaii Five-0 21.15 Hawaii Five-0 22.10 Scorpion 23.10 Rosewood 0.00 Navy CIS 0.50 Navy CIS 1.40 Hawaii Five-0 2.30 Hawaii Five-0	16.45 Adelheid und ihre Mörder 17.35 Tim Mälzer kocht! 18.00 Nordtour 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Ohnsorg-Theater 21.45 Tatort 23.10 Schwarzer Rot Gold 0.55 Paarduell 1.40 Paarduell 2.30 Tagesschau - Vor 20 Jahren: 07.01.1998	18.15 Reisen in ferne Welten: Tokio 19.00 heute 19.30 Chinas neue Museentempel 20.00 Tagesschau 20.15 Neujahrskonzert der Wiener Philharmoniker 2018 22.45 Anna Netrebko und Yusif Eyvazov 0.30 Die Königin von Wien - Anna Sacher und ihr Hotel 1.25 Der Atem des Himmels, Liebesdrama	18.15 Der Vorkoster 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Tatort - Wacht am Rhein, Kriminalfilm 21.45 Morden im Norden, Krimiserie 22.30 Morden im Norden, Krimiserie 23.20 Polizeiruf 110 - 1 A Landeier, Kriminalfilm D '95 0.45 Tatort - Wacht am Rhein, Kriminalfilm	19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.46 Wetter 19.52 Feierabend 20.05 Seitenblicke 20.15 Charité 21.50 ZIB 22.00 Inspektor Jury spielt Katz und Maus, Kriminalfilm 23.30 Der Bulle von Tölz - Tod in Dessous, Krimi D '97 1.00 Charité 2.30 Inspektor Jury spielt Katz und Maus, Krimi	

ARD **ARD**

17.55 Tagesschau 18.00 Sport-schau 18.30 Bericht aus Berlin 18.49 Gewinnzahlen Deutsche Fernsehlotterie 18.50 Lindenstraße 19.20 Weltspiegel 20.00 Tagesschau



20.15 **Tatort: Kopper** [Krimi] 21.45 **Rebecka Martinsson - Der schwarze Steg** [Kriminalfilm, SWE '17] 23.15 **Tagesthemen** [] 23.35 **ttt - titel thesen temperamente** [Kultur] 0.05 **The Cut** [Drama, D/KAN '13. Mit T. Rahim]

ZDF

17.15 Let it snow 18.00 Abenteuer Hurtigruten 18.30 Terra Xpress 19.00 heute 19.10 Berlin direkt 19.28 Aktion Mensch Gewinner 19.30 Spione im Tierreich - Schlaue Köpfe



20.15 **Rosamunde Pilcher: Geerbetes Glück** [Melodram, D '17] 21.45 **heute-journal** [Nachrichten] 22.00 **Inspector Barnaby** [Kriminalfilm, GB '17] 23.30 **ZDF-History Doku** 0.15 **heute Xpress**

RTL

12.40 Verdachtsfälle - Spezial 13.40 Deutschland sucht den Superstar 15.30 Deutschland sucht den Superstar 17.45 Exklusiv - Weekend 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Vermisst



20.15 **Pitch Perfect 2** [Musikfilm, USA '15] 22.25 **Spiegel TV Magazin** 23.35 **Anwälte der Toten - Rechtsmediziner decken auf** [Krimisoap] 0.35 **Anwälte der Toten - Rechtsmediziner decken auf** [Krimisoap]

SAT.1

12.30 Knallerfrauen 13.00 Tintenherz, Fantasyfilm USA '08 14.55 Harry Potter und der Feuerkelch, Fantasyfilm USA '05 17.45 The Biggest Loser - Unser neues Leben 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 **Jäger des verlorenen Schatzes** [Abenteuerfilm, USA '80. Mit H. Ford] 22.45 **Die letzte Festung** [Actionfilm, USA '01. Mit Robert Redford] 1.25 **Jäger des verlorenen Schatzes** [Abenteuerfilm, USA '80. Mit H. Ford]

PRO 7

9.50 Premium Rush, Actionfilm USA '12 11.30 Need for Speed, Actionfilm USA '13 14.00 Die Promi-Darts-WM 2018 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 **Daddy's Home - Ein Vater zu viel** [Komödie, USA '15] 22.20 **ran Football - Studio: NFL Playoffs - Wild Card Round Sport ran Football: NFL Playoffs - Wild Card Round (1st Quarter)**

RTL II

13.50 Zuhause im Glück - Unser Einzug in ein neues Leben 16.00 Der Trödeltrupp - Das Geld liegt im Keller 17.00 Mein neuer Alter 18.00 Grijp - Das Motormagazin 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 **Scary Movie 3** [Komödie, USA '03. Mit Anna Faris] 21.50 **Scary Movie 2** [Komödie, USA '01] 23.25 **Scary Movie** [Komödie, USA '00] 1.05 **Insidious - Chapter 3** [Horrorfilm, GB/KAN '15]

VOX **VOX**

15.55 Unser Traum vom Haus 17.00 auto mobil 18.15 Ab in die Ruine! 19.15 Hot oder Schrott - Die Allersterster 20.15 Promi Shopping Queen 23.20 Prominent! 0.05 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin 1.05 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin

KABEL EINS

15.05 Abenteuer Leben täglich 17.00 kabel eins news 17.10 Rosins Restaurants 19.10 K1 Magazin 20.15 Die größten Trends 2018 22.20 Abenteuer Leben am Sonntag 0.20 Mein Revier - Ordnungshüter räumen auf 2.25 Challenge 2.55 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter

NDR **NDR**

18.00 Rund um den Michel 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Norddeutsche Wahrzeichen, die Sie kennen sollten 21.45 Kaum zu glauben! 22.30 Die NDR Quizshow 23.30 Die Superpauker 0.25 Hakan Nesser's Inspektor Barbarotti - Mensch ohne Hund, Krimi D '10

3sat **3SAT**

17.15 Kitzbühel - Ein Wintermärchen 18.00 Schneebabys - Der erste Winter 18.45 Gefährliche Gefühle, Drama 20.15 Drei Männer im Schnee, Komödie 21.45 Racheengel - Ein eiskalter Plan, Kriminalfilm 23.15 Nordwand, Drama 1.10 Entscheidung im Eis - Eine Frau jagt den Mörder, Thriller

WDR **WDR**

16.50 Eine Robbe und das große Glück, Komödie D '07 18.15 Tiere suchen ein Zuhause 19.10 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit Geschichten 20.00 Tagesschau 20.15 Proklamation des Kölner Dreigestirns 2018, Karnevalsshow 23.15 Kasalla & Freunde 0.45 Drink doch eine met

ORF 2 **ORF 2**

19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Tatort 21.50 ZIB 22.00 Bei Tag und bei Nacht - Ein Landarzt aus Kärnten, Dokufilm Ö '16 23.55 Der Fall des Lemming, Krimi Ö '09 1.25 Mariss Jansons - Musik ist die Sprache von Herz und Seele

ARD **ARD**

17.00 Tagesschau 17.15 Brisanst 18.00 Wer weiß denn so was? 18.50 Gefragt - Gejagt 19.45 Wissen vor acht - Zukunft 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 **Lebensmittel-Check mit Tim Mälzer** (4/4) [] 21.00 **Hart aber fair** [] 22.15 **Tagesthemen** [] 22.45 **Müll, Mafia und das große Schweigen** [] 23.30 **Tatort Berlin** [Doku] 0.15 **Nachtmagazin** [] 0.35 **Tatort: Kopper** [Krimi]

ZDF

15.05 Bares für Rares 16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko München 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Wiso



20.15 **Tannbach - Schicksal eines Dorfes** [Drama, CSD '18] 21.55 **heute-journal** [Nachrichten] 22.25 **James Bond 007 - Ein Quantum Trost** [Agentenfilm, USA '08] 0.00 **heute+** [Nachrichten]

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten



20.15 **Wer wird Millionär? Das große Zucker-Special** [Quizshow] 22.15 **Extra - Das RTL Magazin Boulevardmagazin** 23.00 **30 Minuten Deutschland** [Reportage] 0.00 **RTL Nachtjournal** 0.27 **Das Wetter**

SAT.1

17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwache 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 **Navy CIS** [Krimiserie] 21.15 **Navy CIS: L.A.** 22.15 **Hawaii Five-0** 23.10 **Scorpion (1)** [Krimiserie] 0.10 **Navy CIS: L.A.** 1.10 **Hawaii Five-0** 1.55 **Hawaii Five-0** 2.40 **Hawaii Five-0** 3.20 **Criminal Minds**

PRO 7

15.15 The Middle 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 **The Big Bang Theory** 20.45 **Young Sheldon** [Sitcom] 21.15 **The Big Bang Theory** 21.45 **The Big Bang Theory** 22.15 **The Big Bang Theory** 22.40 **The Big Bang Theory** 23.10 **Mom** [Sitcom] 23.35 **Mom** [Sitcom] 0.00 **Mom** [Sitcom]

RTL II

15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 **Die Geissens - Eine schrecklich glamouröse Familie auf Weltreise** [Dokusoa] 22.15 **Extrem schön! - Endlich ein neues Leben** [Dokusoa] 23.10 **Extrem schön - Spezial** [Dokusoa]

VOX **VOX**

17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Goodbye Deutschland! Die Auswanderer 0.10 Nachrichten 0.30 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin 1.25 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin

KABEL EINS

17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Stüb langsam 2. Actionfilm USA '90 22.50 Last Boy Scout - Das Ziel ist Überleben, Actionfilm USA '91 0.55 First Strike - Jackie Chans Erstschlag, Actionfilm HK/USA '96

NDR **NDR**

18.00 Nordmagazin 18.15 die nordreportage: Countdown in der Backstube 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Die Ernährungs-Docs 21.45 NDR/Aktuell 22.00 45 Min - Der Wetter-Wahnsinn 22.45 Kulturjournal 23.15 Das Glück an meiner Seite, Melodram USA '14

3sat **3SAT**

16.55 Der Bärenmann 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit extra: Erzähl mir Europa 20.00 Tagesschau 20.15 Roseggers Waldheimat - Ein Jahr im Zaubermwald 21.05 Der wilde Wald der Kaiserin 22.00 ZIB 2 22.25 Was bin ich wert?, Dokufilm 0.03 37 Grad: Die Wahrheit und ihr Preis

WDR **WDR**

18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Einsatz im Westen - Die Autobahnpolizei 21.00 Mach dein Ding! 21.45 WDR aktuell 22.10 Hilfe für vier Pfoten 22.40 Mord de Cologne 23.40 Hakan Nesser: Mensch ohne Hund, Thriller D '10

ORF 2 **ORF 2**

18.51 infos & tipps 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Millionenshow 21.10 Thema 22.00 ZIB 2 22.30 kulturMontag 0.00 Tatort 1.30 kulturMontag 3.00 Thema 3.50 Die Millionenshow

ARD **ARD**

17.00 Tagesschau 17.15 Brisanst 18.00 Wer weiß denn so was? 18.50 Familie Dr. Kleist 19.45 Wissen vor acht - Natur 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 **Um Himmels Willen** [Familienserie] 21.00 **In aller Freundschaft** [Arztserie] 21.45 **Report Mainz** [] 22.15 **Tagesthemen** [] 22.45 **Vorstadtweiber (13)** [] 23.30 **Vorstadtweiber (14)** [] 0.20 **Nachtmagazin** []

ZDF

16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Köln 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Rosenheim-Cops



20.15 **James Bond 007 - Skyfall** [Agentenfilm, GB '12. Mit Daniel Craig] 22.25 **heute-journal** [] 22.55 **Mehr als satt und sauber** [Doku] 23.25 **Markus Lanz** [] 0.40 **heute+** [Nachrichten] 0.55 **Neu im Kino** [Kultur]

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten



20.15 **Bones - Die Knochenjägerin** [Krimiserie] 21.15 **Bones - Die Knochenjägerin** [Krimiserie] 22.15 **CSI: Den Tätern auf der Spur** [Krimiserie] 23.10 **CSI: Den Tätern auf der Spur** [Krimiserie] 0.00 **RTL Nachtjournal**

SAT.1

17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwache 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 **Volltreffer** [Komödie, D '16. Mit Axel Stein] 22.20 **akte 20.18** [Infomagazin] 23.10 **Spiegel TV - Reportage** 0.15 **Dinner Party - Der Late-Night-Talk** [Talkshow] 1.15 **So gesehen** [Religion]

PRO 7

15.10 The Middle 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 **Die Simpsons** 20.45 **Die Simpsons** 21.15 **Die Simpsons** 21.45 **Die Simpsons** 22.15 **Family Guy** 22.40 **Family Guy** 23.10 **Two and a Half Men** 23.40 **Two and a Half Men** 0.10 **The Mick** [Comedyserie]

RTL II

15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 **Zuhause im Glück - Unser Einzug in ein neues Leben** [Dokusoa] 22.15 **Pop Giganten: Black Hits** [Unterhaltungsshow] 0.25 **Der Knast - Schwerkverbrecher am Limit (7)** [Dokusoa. Brushy Mountain / Arascadero]

VOX **VOX**

17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Die wunderbare Welt der Kinder 22.15 Der Vertretungslehrer mit Wladimir Klitschko 23.20 Die Beet-Brüder 0.20 Nachrichten 0.40 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin

KABEL EINS

16.00 Navy CIS 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum 20.15 Rosins Restaurants - Ein Sternkoch räumt auf! 22.20 K1 Magazin 23.25 Abenteuer Leben 1.25 kabel eins late news

NDR **NDR**

18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 NaturNah: Der alte Förster und das wilde Borstenvieh 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Visits 21.15 Panorama 3 21.45 NDR/Aktuell 22.00 Tatort, Kriminalfilm 23.30 Weltbilder 0.00 Hauptsache Arbeit

3sat **3SAT**

17.40 Schneebabys - Der erste Winter 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit extra: Erzähl mir Europa II 20.00 Tagesschau 20.15 Seitensprung mit Freunden, Melodram 21.45 kinokino 22.00 ZIB 2 22.25 Yalom's Cure 23.40 Route 66 0.30 Bis das der Tod uns scheidet

WDR **WDR**

18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Abenteuer Erde: Überleben - 4. Kampf um die Macht 21.00 Quarks: Kampf gegen die Kilos - Wie endlich die gute Figur gelingt 21.45 WDR aktuell 22.10 Besondere Schwere der Schuld, Thriller D '14

ORF 2 **ORF 2**

18.51 infos & tipps 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Universum 21.05 Report 22.00 ZIB 2 22.25 Euro-millionen 22.35 kreuz und quer 23.25 kreuz und quer 0.15 Hindenburg 1.45 Universum

ARD

17.00 Tagesschau 17.15 Bristant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Hubert und Staller 19.45 Wissen vor acht - Werkstat 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Herrgott für Anfänger 21.45 Plusminus 22.15 Tagesthemen 22.45 Noma - Das beste Restaurant der Welt 0.15 Nachtmagazin 0.35 Herrgott für Anfänger

ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Wismar 18.54 Lotto am Mittwoch - Die Gewinnzahlen 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Heldt



20.15 Tannbach - Schicksal eines Dorfes 21.50 heute-journal 22.20 Spiele im Schatten der Bombe - Südkorea vor Olympia Magazin 22.50 Nachgezoozt 2018 23.20 Markus Lanz

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten



20.15 Der Bachelor Dokusoap 22.15 Stern TV Infomagazin 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter 0.30 CSI: Den Tätern auf der Spur Krimiserie Das Wunschkind 1.20 CSI: Den Tätern auf der Spur Krimiserie

SAT.1

17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwoche 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Ein Chef zum Verlieben Komödie, USA '02 Mit Sandra Bullock 22.20 Voltreffer Komödie, D '16. Mit Axel Stein 0.10 Ein Chef zum Verlieben Komödie, USA '02 2.00 Auf Streife - Die Spezialisten Dokusoap

PRO 7

15.10 The Middle 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Zoo - The Final Battle Thrillerserie. Mit J. Wolk 22.55 Wild Animals - Tödliche Tierliebe Tierdokus 23.55 Superior Donuts Comedyserie 0.25 Superior Donuts Comedyserie 0.50 Family Guy

RTL II

15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 Die Wollnys - Eine schrecklich große Familie! Dokusoap 22.10 Teenie-Mütter - Wenn Kinder Kinder kriegen 23.15 Autopsie - Mysteriöse Todesfälle Krimiserie 0.10 Die Forensik-Detektive (13) Krimiserie

VOX

16.00 4 Hochzeiten und eine Traumreise 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Rizzoli & Isles 21.15 Rizzoli & Isles 22.10 Major Crimes 23.05 Major Crimes 0.00 Nachrichten 0.20 Medical Detectives

KABEL EINS

16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Falling Down - Ein ganz normaler Tag, Thriller F/USA '93 22.45 Stirb langsam 2, Actionfilm USA '90 1.10 kabel eins late news

NDR

18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 Wie geht das? Nachschub für den Supermarkt 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Expeditionen ins Tierreich 21.00 Treckerfahrer dürfen das! 21.45 NDR//Aktuell 22.00 Großstadtrevier 22.50 Neues aus Büthenwarder

3SAT

17.00 Begegnungen am Schwäbischen Meer 17.45 mare TV 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Fokus Japan 20.55 Fokus Japan 21.40 Fokus Japan 22.20 ZIB 2 22.45 Unter Verdacht, Kriminalfilm 0.15 Die Aufmäblerin 0.50 10 vor 10 1.15 ECO

WDR

18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Ich mach's Dir schön! 21.45 WDR aktuell 22.10 Die Kanaren - Inseln der Arbeitslosen 22.55 Somalis auf Schlittschuhen - Ein wahres Wunder

ORF 2

19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Inga Lindström: Entscheidung für die Liebe, Romanze D '18 21.50 Autofocus 22.00 ZIB 2 22.30 WELTjournal 23.05 WELTjournal + 23.50 Hindenburg, Katastrophenfilm D '11

ARD

18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 In aller Freundschaft - Die jungen Ärzte 19.45 Wissen vor acht - Mensch 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Nord bei Nordwest - Sandy 21.45 Monitor 22.15 Tagesthemen 22.45 Nuhr im Ersten 23.30 Kroymann 0.00 Nachtmagazin 0.20 Nord bei Nordwest - Sandy

ZDF

16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Stuttgart 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Notruf Hafenkante



20.15 Tannbach - Schicksal eines Dorfes 21.45 heute-journal 22.15 maybrit illner 23.15 Markus Lanz 0.30 heute+ Nachrichten 0.45 The Five (9) 1.30 Line of Duty

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten



20.15 Der Lehrer 21.15 Magda macht das schon! Sitcom 21.45 Magda macht das schon! Sitcom 22.15 Magda macht das schon! Sitcom 22.45 Magda macht das schon! Sitcom

SAT.1

17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwoche 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Criminal Minds 21.15 Criminal Minds 22.15 Criminal Minds 23.15 Elementary Krimiserie 0.10 Criminal Minds 1.10 Criminal Minds 1.55 Criminal Minds 2.35 Criminal Minds 3.20 Criminal Minds

PRO 7

15.10 The Middle 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Get the F'ck out of my House Unterhaltung 22.30 Schulz In The Box 23.30 My Idiot Friend 0.30 Get the F'ck out of my House Unterhaltung 2.30 Schulz In The Box 3.25 My Idiot Friend 4.15 Spätnachrichten

RTL II

15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 Frauentausch 22.15 Die Kochprofis - Einsatz am Herd 23.15 Arctic Blast - Wenn die Welt gefriert Katastrophenfilm, AUS/KAN '10 1.00 Exklusiv - Die Reportage

VOX

17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Avatar - Aufbruch nach Pandora, Sci-Fi-Film USA '09 23.35 Nachrichten 23.55 Avatar - Aufbruch nach Pandora, Sci-Fi-Film USA '09 2.40 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin

KABEL EINS

16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Full Metal Jacket, Kriegsdrama GB/USA '87 22.50 Platoon Leader - Der Krieg kennt keine Helden, Actionfilm USA '88 0.40 kabel eins late news

NDR

18.00 Nordmagazin 18.15 Typisch! Der Rosenkoch 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Länder - Menschen - Abenteuer 21.45 NDR//Aktuell 22.00 Wer aufgibt ist tot, Tragikomödie D '16 23.30 Das Institut - Oase des Scheiterns

3SAT

17.45 Der Duft des Orient - Die Weihrauchstraße 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Das Ende des Zufalls 21.00 scobel - Der Ego-Kult 22.00 ZIB 2 22.25 The Book of Eli - Der letzte Kämpfer, Sci-Fi-Film D 10 vor 10 0.40 Rundschau

WDR

18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Tatort - Das Haus am Ende der Straße, Kriminalfilm D '15 21.45 WDR aktuell 22.10 Frau tv 22.40 Menschen hautnah: Geheimnisvolle Krankheiten 23.25 Herausforderung Wüste - Simnsuche in der Sahara

ORF 2

18.51 infos & tips 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Rosenheim-Cops 21.05 Am Schauplatz 22.00 ZIB 2 22.30 Eco 23.05 Stöckl. 0.05 Tante Herthas Rindsrouladen, Komödie Ö '10 1.35 Am Schauplatz

ARD

17.00 Tagesschau 17.15 Bristant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Wer weiß denn sowas? 19.45 Sportschau vor acht 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Heimat ist kein Ort 21.45 Tagesthemen 22.00 Tatort: Die Wiederkehr 23.30 Sherlock - Der Reichenbachfall 1.00 Nachtmagazin

ZDF

16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Kitzbühel 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Bettys Diagnose



20.15 Bundesliga live Bayer 04 Leverkusen - FC Bayern München 18. Spieltag 22.45 Soko Leipzig 0.15 heute+ Nachrichten 0.30 Blockbustaz 1.00 Blockbustaz 1.30 Monk

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten



20.15 5 gegen Jauch 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter 0.30 Take Me Out 1.25 Paul Panzer live! Hart Backbord Comedyshow 3.15 Take Me Out 4.05 Die Trovatas - Detektive decken auf

SAT.1

17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwoche 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Luke Mockridge Live - I'm Lucky, I'm Luke Unterhaltungsshow 22.20 Knallerkerle Comedy 22.45 Knallerfrauen Comedy 23.15 Rabenmütter Comedy 23.45 Rabenmütter Comedy 0.15 Sechserpack Comedy 0.45 Sechserpack Comedy

PRO 7

15.10 The Middle 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Unstoppable - Außer Kontrolle Actionfilm, USA '10 22.20 Shootout - Keine Gnade Actionfilm, USA '12 0.05 Getaway Actionfilm, USA '13. Mit E. Hawke 1.50 Watch Me - das Kinomagazin Kulturmagazin

RTL II

15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 The Legend Of Hercules Abenteuerfilm, USA '14. Mit Kellan Lutz 22.05 Viking Abenteuerfilm, RUS '16 Mit Anton Adasinskiy 0.55 Ironclad 2 - Bis aufs Blut Historienfilm, GB/SRB '13

VOX

16.00 4 Hochzeiten und eine Traumreise 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Law & Order: Special Victims Unit 21.15 Law & Order: Special Victims Unit 22.10 Chicago P.D. 23.05 Chicago P.D. 0.00 Nachrichten

KABEL EINS

16.00 Navy CIS 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Navy CIS 21.15 Navy CIS: New Orleans 22.15 The Mentalist 23.15 The Mentalist 0.15 The Mentalist 1.10 kabel eins late news

NDR

18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 Lust auf Norden 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 die nordstory - Wenn einer eine Kreuzfahrt macht... 21.15 Singvögel als Delikatessen? 21.45 NDR//Aktuell 22.00 Nonstop Comedy 22.30 Tietjen und Bommes

3SAT

17.00 Indonesien - ungezähmt 17.45 Indonesien - ungezähmt 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Operieren und kassieren 21.00 makro: Die Macht der Zahlen 21.30 auslandsjournal extra 22.10 ZIB 2 22.35 Swimming Pool, Thriller 0.15 Sleeping Beauty, Thriller

WDR

18.15 Servicezeit Reportage 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Eingeschnitten - Schneechaos im Münsterland 21.00 Unser Westen - Unsere Wetterphänomene 21.45 WDR aktuell 22.00 Kölner Treff - Böttingers Beste Gäste 23.25 Theken mit Tradition

ORF 2

19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Der Staatsanwalt 21.20 Die Bergretter 22.10 ZIB 2 22.35 Euromillionen 22.45 Universum History 23.30 Columbo 1.05 Doppelter Einsatz Berlin: Wehe dem, der liebt, Krimi D '00

ARD	ARD	ZDF	RTL	SAT.1	PRO 7	RTL II					
16.30 Weltspiegel-Reportage: Finnland 17.00 Tagesschau 17.10 Brisant 17.47 Das Wetter 17.50 Tagesschau 18.00 Sportschau 19.57 Lotto am Samstag 20.00 Tagesschau	9.50 ZDF SPORTextra Winter-sport 17.00 heute Xpress 17.05 Handball-EM Deutschland - Montenegro Vorrunde Gruppe C, 1. Spieltag 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Bergretter	10.00 Der Blaulicht Report 14.45 Die Trovatos - Detektive decken auf 17.45 Best of...! Deutschlands schnellste Rankingshow 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Explosiv - Weekend	16.00 Klinik am Südring 16.59 So gesehen 17.00 Auf Streife - Die Spezialisten 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Grenzenlos - Die Welt entdecken 19.55 SAT.1 Nachrichten	15.05 Grey's Anatomy - Die jungen Ärzte 16.00 Grey's Anatomy - Die jungen Ärzte 17.00 taff weekend 18.00 Newstime 18.10 The Big Bang Theory 18.40 Young Sheldon 19.05 Galileo	16.00 Zuhause im Glück - Unser Einzug in ein neues Leben 18.00 Babys! Kleines Wunder - großes Glück 19.00 Babys! Kleines Wunder - großes Glück 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter	 20.15 Schlagerchampions - Das große Fest der Besten 23.30 Tagesthemen 23.50 Das Wort zum Sonntag 23.55 Selma 1.50 Tagesschau	 20.15 Friesland 21.45 Der Kriminalist 22.45 heute-journal 23.00 das aktuelle sportstudio 0.25 heute Xpress 0.30 Scott & Huutsch	 20.15 Deutschland sucht den Superstar 22.30 Carolin Kebekus live! Alpha Pussy 0.30 Deutschland sucht den Superstar 2.15 Carolin Kebekus live! Alpha Pussy 4.10 Verdachtsfälle	 20.15 Harry Potter und der Orden des Phönix 23.00 Wer ist Hanna? 1.10 Hostage - Entführt 3.10 Wer ist Hanna?	 20.15 Storm Hunters 22.15 ran Football - Studio: NFL Playoffs - Divisional Round 22.35 ran Football: NFL Playoffs - Divisional Round (1st Quarter)	 20.15 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer 21.15 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer 22.20 The Legend Of Hercules

ARD	ARD	ZDF	RTL	SAT.1	PRO 7	RTL II					
17.30 An der Kriegsfront 18.00 Sportschau 18.30 Bericht aus Berlin 18.49 Gewinnzahlen Deutsche Fernsehlotterie 18.50 Lindenstraße 19.20 Weltspiegel 20.00 Tagesschau	17.10 ZDF SPORTreportage 18.00 Abenteuer Hurtigruten 18.30 Terra Xpress 19.00 heute 19.10 Berlin direkt 19.28 Aktion Mensch Gewinner 19.30 Darwins Geheimnis, Dokuserie	12.30 Verdachtsfälle - Spezial 13.30 Undercover Boss 14.30 Undercover Boss 15.30 Deutschland sucht den Superstar 17.45 Exklusiv - Weekend 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Vermisst	15.15 Harry Potter und der Orden des Phönix, Fantasyfilm GB/USA '07 17.55 Hochzeit auf den ersten Blick: Tatsächlich Liebe?! 18.55 Projekt Superhund - Helfer auf vier Pfoten 19.55 SAT.1 Nachrichten	16.05 Unstoppable - Außer Kontrolle, Actionfilm USA '10 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Inside: So tickt Amerika - 1 Jahr Präsident Donald Trump	14.00 Zuhause im Glück - Unser Einzug in ein neues Leben 16.00 Der Trüdeltrupp - Das Geld liegt im Keller 17.00 Mein neuer Alter 18.00 Grip - Das Motormagazin 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter	 20.15 Tatort: Die Faust 21.45 Mordkommission Istanbul - Die zweite Spur 23.15 Tagesthemen 23.35 ttt - titel thesen temperament 0.05 Härte	 20.15 Inga Lindström: Entscheidung für die Liebe 21.45 heute-journal 22.00 Inspector Barnaby 23.30 ZDF-History Doku. Das Geheimnis der Wikinger 0.15 heute Xpress	 20.15 Dirty Dancing 22.10 Spiegel TV Magazin 22.55 Undercover Boss 23.55 Undercover Boss 0.55 Anwältin der Toten - Rechtsmediziner decken auf	 20.15 Indiana Jones und der Tempel des Todes 22.45 Rush Hour 0.40 Indiana Jones und der Tempel des Todes	 20.15 Focus Krimikomödie, USA '15. Mit Will Smith 22.25 ran Football - Studio: NFL Playoffs - Divisional Round 22.40 ran Football: NFL Playoffs - Divisional Round (1st Quarter)	 20.15 Argo 22.35 Tödliches Kommando - The Hurt Locker 1.15 Argo 3.10 Im Rausch der Tiefe

ARD	ARD	ZDF	RTL	SAT.1	PRO 7	RTL II					
15.55 Unser Traum vom Haus 17.00 auto mobil 18.15 Ab in die Ruine! 19.15 Hot oder Schrott - Die Allerbeste 20.15 Promi Shopping Queen 23.20 Prominent! 0.05 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin 1.05 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin	15.05 Abenteuer Leben täglich 17.00 kabel eins news 17.10 Rostins Restaurants - Ein Sterne-koch räumt auf! 19.10 K1 Magazin 20.15 Die größten Trends 2018 22.20 Abenteuer Leben Spezial 0.20 Mein Revier - Ordnungshüter räumen auf 2.25 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter	17.00 Bingo! - Die Umweltlotterie 18.00 Hanseblick - Die Suche nach Titos Blauem Zug 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Straßen der Welt, die Sie kennen sollten 21.45 Sport-schau 22.05 Die NDR Quizshow 22.50 Sportclub 23.35 Sportclub Story - Die Handball-'Bad Boys'	19.10 Dosierte Hunger - Fasten als neues Heilmittel? 19.40 Schätze der Welt - Erbe der Menschheit 20.00 Tagesschau 20.15 Django Asül: Rückspiegel 2017 21.45 Gernot Hassknecht: Jetzt wird's persönlich! 22.15 Blau ist eine warme Farbe, Liebes-drama 1.10 Liebe mich!, Drama	18.15 Tiere suchen ein Zuhause 19.10 Aktuelle Stunde 19.30 West-pool 20.00 Tagesschau 20.15 Wunderschön! Kuba auf eigene Faust 21.45 Sportschau Bundesliga am Sonntag 22.15 Zeiglers wunderbare Welt des Fußballs 22.45 Jet zo fiere - Das Beste aus der 'Proklamation des Kölner Dreigestirns'	19.17 Lotto 6 aus 45 mit Joker 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Tatort 21.50 ZIB 22.00 Im Zentrum 23.05 Samen-spende unbekannt, Dokufilm GB '10 0.20 Alles Chefsache!, Komödie D '13 1.50 Lilly Schönauer: Liebe auf den zweiten Blick, Romanze	 20.15 Wo unser Wetter entsteht: Wind (1/2) 21.00 Hart aber fair 22.15 Tagesthemen 22.45 Bomben für die Welt 23.30 Wer bezahlt den Osten? 0.15 Nachtmagazin	 20.15 Nord Nord Mord 21.45 heute-journal 22.15 Snow White and the Huntsman 0.10 heute+ Nachrichten 0.25 Fairplay war gestern	 20.15 Wer wird Millionär? Das Klugscheißer-Special Quizshow 22.15 Extra - Das RTL Magazin Boulevardmagazin 23.30 30 Minuten Deutschland Reportage 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter	 20.15 Navy CIS 21.15 Navy CIS: L.A. 22.15 Hawaii Five-0 23.15 Scorpion (2) 0.15 Navy CIS: L.A. 1.10 Hawaii Five-0 2.00 Hawaii Five-0 3.25 Criminal Minds	 20.15 The Big Bang Theory 20.45 Young Sheldon 21.10 The Big Bang Theory 21.40 The Big Bang Theory 22.10 The Big Bang Theory 22.40 The Big Bang Theory 23.10 Mom Sitcom 23.35 Mom Sitcom 23.55 The Big Bang Theory	 20.15 Die Geissens - Eine schrecklich glamouröse Familie! 22.15 Extrem schön! - Endlich ein neues Leben 23.15 Extrem schön - Spezial 0.20 Exklusiv - Die Reportage

ARD	ARD	ZDF	RTL	SAT.1	PRO 7	RTL II					
14.10 Rote Rosen 15.00 Tagesschau 15.10 Sturm der Liebe 16.00 Tagesschau 16.10 Verrückt nach Meer 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Sportschau 20.00 Tagesschau	15.05 Bares für Rares 16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko München 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Wiso	17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten	17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwa-che 19.55 SAT.1 Nachrichten	15.10 The Middle 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo	15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Station B1 - Kinderärzte mit Herz 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter	 20.15 Wo unser Wetter entsteht: Wind (1/2) 21.00 Hart aber fair 22.15 Tagesthemen 22.45 Bomben für die Welt 23.30 Wer bezahlt den Osten? 0.15 Nachtmagazin	 20.15 Nord Nord Mord 21.45 heute-journal 22.15 Snow White and the Huntsman 0.10 heute+ Nachrichten 0.25 Fairplay war gestern	 20.15 Wer wird Millionär? Das Klugscheißer-Special Quizshow 22.15 Extra - Das RTL Magazin Boulevardmagazin 23.30 30 Minuten Deutschland Reportage 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter	 20.15 Navy CIS 21.15 Navy CIS: L.A. 22.15 Hawaii Five-0 23.15 Scorpion (2) 0.15 Navy CIS: L.A. 1.10 Hawaii Five-0 2.00 Hawaii Five-0 3.25 Criminal Minds	 20.15 The Big Bang Theory 20.45 Young Sheldon 21.10 The Big Bang Theory 21.40 The Big Bang Theory 22.10 The Big Bang Theory 22.40 The Big Bang Theory 23.10 Mom Sitcom 23.35 Mom Sitcom 23.55 The Big Bang Theory	 20.15 Die Geissens - Eine schrecklich glamouröse Familie! 22.15 Extrem schön! - Endlich ein neues Leben 23.15 Extrem schön - Spezial 0.20 Exklusiv - Die Reportage

ARD	ARD	ZDF	RTL	SAT.1	PRO 7	RTL II					
17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Goodbye Deutschland! Die Auswanderer 0.10 Nachrichten 0.30 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin 1.25 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin	16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum 20.15 The Rock - Fels der Entscheidung, Actionfilm USA '96 22.55 Alien vs. Predator, Sci-Fi-Film USA '04 0.45 kabel eins late news	18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 die nordreportage: Flusskreuzfahrt im neuen Revier 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Die Ernährungs-Docs 21.45 NDR/Aktuell 22.00 45 Min - Das große Geschäft mit dem Schnupfen 22.45 Kulturjournal	17.45 Seen auf dem Dach der Welt 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Hafen Hamburg 20.55 Hafen Hamburg 21.40 Traumroute durch die Alpen 22.00 ZIB 2.22.55 Leben - Gebrauchsanleitung 23.55 37 Grad: Mehr als satt und sauber 0.25 10 vor 10	18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Der Vorkoster 21.00 Freitag tischt auf - Die Geheimnisse der Lebensmittelindustrie 21.45 WDR aktuell 22.10 60 Jahre Show: Gute Unterhaltung! 23.40 Die Otto-Show	18.51 infos & tips 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Millionenshow 22.10 Thema 22.00 ZIB 2.22.30 kulturMontag 0.00 Tatort 1.30 kulturMontag 3.00 Thema 3.50 Die Millionenshow	 20.15 Wo unser Wetter entsteht: Wind (1/2) 21.00 Hart aber fair 22.15 Tagesthemen 22.45 Bomben für die Welt 23.30 Wer bezahlt den Osten? 0.15 Nachtmagazin	 20.15 Nord Nord Mord 21.45 heute-journal 22.15 Snow White and the Huntsman 0.10 heute+ Nachrichten 0.25 Fairplay war gestern	 20.15 Wer wird Millionär? Das Klugscheißer-Special Quizshow 22.15 Extra - Das RTL Magazin Boulevardmagazin 23.30 30 Minuten Deutschland Reportage 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter	 20.15 Navy CIS 21.15 Navy CIS: L.A. 22.15 Hawaii Five-0 23.15 Scorpion (2) 0.15 Navy CIS: L.A. 1.10 Hawaii Five-0 2.00 Hawaii Five-0 3.25 Criminal Minds	 20.15 The Big Bang Theory 20.45 Young Sheldon 21.10 The Big Bang Theory 21.40 The Big Bang Theory 22.10 The Big Bang Theory 22.40 The Big Bang Theory 23.10 Mom Sitcom 23.35 Mom Sitcom 23.55 The Big Bang Theory	 20.15 Die Geissens - Eine schrecklich glamouröse Familie! 22.15 Extrem schön! - Endlich ein neues Leben 23.15 Extrem schön - Spezial 0.20 Exklusiv - Die Reportage

ARD	ARD	ZDF	RTL	SAT.1	PRO 7	RTL II					
17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Goodbye Deutschland! Die Auswanderer 0.10 Nachrichten 0.30 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin 1.25 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin	16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum 20.15 The Rock - Fels der Entscheidung, Actionfilm USA '96 22.55 Alien vs. Predator, Sci-Fi-Film USA '04 0.45 kabel eins late news	18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 die nordreportage: Flusskreuzfahrt im neuen Revier 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Die Ernährungs-Docs 21.45 NDR/Aktuell 22.00 45 Min - Das große Geschäft mit dem Schnupfen 22.45 Kulturjournal	17.45 Seen auf dem Dach der Welt 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Hafen Hamburg 20.55 Hafen Hamburg 21.40 Traumroute durch die Alpen 22.00 ZIB 2.22.55 Leben - Gebrauchsanleitung 23.55 37 Grad: Mehr als satt und sauber 0.25 10 vor 10	18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Der Vorkoster 21.00 Freitag tischt auf - Die Geheimnisse der Lebensmittelindustrie 21.45 WDR aktuell 22.10 60 Jahre Show: Gute Unterhaltung! 23.40 Die Otto-Show	18.51 infos & tips 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Millionenshow 22.10 Thema 22.00 ZIB 2.22.30 kulturMontag 0.00 Tatort 1.30 kulturMontag 3.00 Thema 3.50 Die Millionenshow	 20.15 Wo unser Wetter entsteht: Wind (1/2) 21.00 Hart aber fair 22.15 Tagesthemen 22.45 Bomben für die Welt 23.30 Wer bezahlt den Osten? 0.15 Nachtmagazin	 20.15 Nord Nord Mord 21.45 heute-journal 22.15 Snow White and the Huntsman 0.10 heute+ Nachrichten 0.25 Fairplay war gestern	 20.15 Wer wird Millionär? Das Klugscheißer-Special Quizshow 22.15 Extra - Das RTL Magazin Boulevardmagazin 23.30 30 Minuten Deutschland Reportage 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter	 20.15 Navy CIS 21.15 Navy CIS: L.A. 22.15 Hawaii Five-0 23.15 Scorpion (2) 0.15 Navy CIS: L.A. 1.10 Hawaii Five-0 2.00 Hawaii Five-0 3.25 Criminal Minds	 20.15 The Big Bang Theory 20.45 Young Sheldon 21.10 The Big Bang Theory 21.40 The Big Bang Theory 22.10 The Big Bang Theory 22.40 The Big Bang Theory 23.10 Mom Sitcom 23.35 Mom Sitcom 23.55 The Big Bang Theory	 20.15 Die Geissens - Eine schrecklich glamouröse Familie! 22.15 Extrem schön! - Endlich ein neues Leben 23.15 Extrem schön - Spezial 0.20 Exklusiv - Die Reportage

Samstag, 13. Januar 2018

Sonntag, 14. Januar 2018

Montag, 15. Januar 2018

ARD

17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn so was? 18.50 Familie Dr. Kleist 19.45 Wissen vor acht - Natur 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Um Himmels Willen Familienserie 21.00 In aller Freundschaft Arztserie 21.45 Report München Tagesthemen 22.15 Tagesthemen 22.45 Vorstadtweiber (15) 23.30 Vorstadtweiber 0.20 Nachtmagazin

ZDF

16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Köln 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Rosenheim-Cops



20.15 Die Tricks der Lebensmittelindustrie (1) Verbrauchermagazin 21.00 Frontal 21 Magaz 21.45 heute-journal 22.15 Hannes Jaenicke: Im Einsatz für Nashörner Tierdokumentation 23.00 Leschs Kosmos

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten



20.15 Bones - Die Knochenjägerin Krimiserie 21.15 Bones - Die Knochenjägerin Krimiserie 22.15 CSI: Den Tätern auf der Spur Krimiserie 23.10 CSI: Den Tätern auf der Spur Krimiserie 0.00 RTL Nachtmagazin

SAT.1

17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwache 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Männerhort Komödie, D '14. Mit Elyas M'Barek 22.20 akte 20.18 Infomagazin 23.10 Spiegel TV - Reportage 0.15 Dinner Party - Der Late-Night-Talk Talkshow 1.15 So gesehen Religion

PRO 7

15.10 The Middle 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Die Simpsons 20.45 Die Simpsons 21.10 Die Simpsons 21.40 Die Simpsons 22.10 Family Guy 22.40 Family Guy 23.10 Two and a Half Men 23.35 Two and a Half Men 0.05 The Mick Comedyserie

RTL II

15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Station B1 - Kinderärzte mit Herz 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 Zuhause im Glück - Unser Einzug in ein neues Leben Dokusoap 22.15 Harald Glöckler - Der Prinzessinnenmacher Dokusoap 23.20 Die Bauretter 1.15 Autopsie - Mysteriöse Todesfälle Krimiserie

VOX

17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Die wunderbare Welt der Kinder - Wir sind 5! 22.15 Die Beet-Brüder 23.15 Die Beet-Brüder 0.15 Nachrichten 0.35 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin

KABEL EINS

16.00 Navy CIS 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum 20.15 Rosins Restaurants - Ein Sternekoch räumt auf! 22.45 K1 Magaz 23.45 Abenteuer Leben 1.40 kabel eins late news

NDR

17.10 Eisbär, Affe & Co. 18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 NaturNah: Frau Rix und ihr Garten 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Visite 21.15 Panorama 3 21.45 NDR/Aktuell 22.00 Polizeiruf 110, Kriminalfilm 23.30 Weltbilder 0.00 Nachtschicht

3SAT

17.45 Kolumbiens wilde Schönheit 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Salz auf unserer Haut, Liebesfilm 22.00 ZIB 2 22.25 Betty Blue - 37,2 Grad am Morgen, Liebesdrama 0.25 Das kleine Leben der Sabine Bühler 0.45 10 vor 10 1.15 Salz auf unserer Haut, Liebesfilm

WDR

18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Abenteuer Erde: Überleben 21.00 Quarks: Ewig jung - Wie Wissenschaftler das Altern stoppen wollen 21.45 WDR aktuell 22.10 Zorn - Wo kein Licht, Krimi D '15 23.40 Tatort - Kinder der Gewalt, Krimi D '99

ORF 2

18.51 infos & tipps 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Universum 21.05 Report 22.00 ZIB 2 22.25 Euro-millionen 22.35 kreuz und quer 23.25 kreuz und quer 0.05 K2 Der Schicksalsberg, Drama IT '12

ARD

14.10 Rote Rosen 15.00 Tagesschau 15.10 Sturm der Liebe 16.00 Tagesschau 16.10 Verrückt nach Meer 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Sportschau 20.00 Tagesschau



20.15 Teufelsmoor Thriller, D '17 21.45 Plusminus Magaz 22.15 Tagesthemen 22.45 Weltspiegel extra: Donald Trump. Ich. Präsident. 23.00 Maischberger 0.15 Nachtmagazin

ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Wismar 18.54 Lotto am Mittwoch - Die Gewinnzahlen 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Heldt



20.15 James Bond 007 - Spectre Agentenfilm, GB '15. Mit Daniel Craig 22.30 heute-journal Nachrichten 23.00 auslandsjournal Auslandsmagazin 23.30 ZDFzoom Doku 0.00 heute+ Nachrichten

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten



20.15 Der Bachelor Dokusoap 22.15 RTL Nachtmagazin 0.27 Das Wetter 0.30 CSI: Den Tätern auf der Spur Krimiserie 1.20 CSI: Den Tätern auf der Spur Krimiserie Grabesstille+2

SAT.1

17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwache 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Das Schwiegermutter Komödie, USA '05 Mit Jennifer Lopez 22.20 Männerhort Komödie, D '14. Mit Elyas M'Barek 0.10 Das Schwiegermutter Komödie, USA '05 2.05 Auf Streife - Die Spezialisten Dokusoap

PRO 7

15.10 The Middle 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Zoo - The Final Battle Thrillerserie. Mit J. Wolk 22.10 Two and a Half Men Sitcom 22.40 Two and a Half Men 23.10 Two and a Half Men 23.40 Two and a Half Men 0.05 Superior Donuts Comedyserie

RTL II

15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Station B1 - Kinderärzte mit Herz 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 Die Wollnys - Eine schrecklich große Familie! Dokusoap 22.10 Teenie-Mütter - Wenn Kinder Kinder kriegen 23.10 Autopsie - Mysteriöse Todesfälle Krimiserie 0.05 Autopsie - Mysteriöse Todesfälle Krimiserie

VOX

16.00 4 Hochzeiten und eine Traumreise 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Rizzoli & Isles 21.15 Rizzoli & Isles 22.10 Major Crimes 23.05 Major Crimes 0.00 Nachrichten 0.20 Medical Detectives

KABEL EINS

16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 7 Zwerge - Männer allein im Wald, Komödie D '04 22.20 7 Zwerge - Der Wald ist nicht genug, Komödie D '06 0.35 kabel eins late news

NDR

18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 Wie geht das? Hinter den Kulissen der Elbphilharmonie 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Expeditionen ins Tierreich 21.00 Treckerfahrer dürfen das! 21.45 NDR/Aktuell 22.00 Großstadtrevier 22.50 Neues aus Büttengewänder

3SAT

17.45 Klima macht Geschichte 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Hafen Hamburg 20.55 Hafen Hamburg 21.40 Vane-scha - Ein verlassenes Tal 22.00 ZIB 2 22.25 Geliebte Schwester, Drama 0.00 Mitteldeutschland bewaffnet sich 0.30 10 vor 10

WDR

18.00 WDR aktuell 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Der Thermomix-Vorwerk-Check 21.45 WDR aktuell 22.10 Die Saat der Gier - Wie Bayer mit Monsanto die Landwirtschaft verändert 22.55 Akte D - Die Macht der Pharmaindustrie

ORF 2

18.48 Lotto 6 aus 45 mit Joker 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Der Bergdoktor - Wunschräume 21.50 Autofocus 22.00 ZIB 2 22.30 WELTJournal 23.05 WELTJournal + 23.50 Zwei Tage, eine Nacht 1.20 Autofocus

ARD

18.00 Wer weiß denn so was? 18.50 In aller Freundschaft - Die jungen Ärzte 19.45 Wissen vor acht - Mensch 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Nord bei Nordwest - Waidmannsheil Kriminalfilm, D '18 21.45 Kontraste Magaz 22.15 Tagesthemen 22.45 extra 3 Satire 23.30 Von der Lippe feiert Carolin Kebekus 0.15 Nachtmagazin

ZDF

16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Stuttgart 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Notruf Hafenkante



20.15 Der Bergdoktor 21.45 heute-journal 22.15 maybrit illner 23.15 Markus Lanz 0.30 heute+ Nachrichten 0.45 The Five (10) 1.30 Line of Duty 2.30 maybrit illner Talkshow 3.30 Soko Stuttgart

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten



20.15 Der Lehrer Comedyserie 21.15 Magda macht das schon! Sitcom 21.45 Beste Schwestern 22.10 Magda macht das schon! Sitcom 22.40 Magda macht das schon! Sitcom

SAT.1

17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwache 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Criminal Minds 21.15 Criminal Minds 22.15 Criminal Minds 23.15 Elementary Krimiserie 0.15 Criminal Minds (1) 1.10 Criminal Minds (2) 2.00 Criminal Minds 2.40 Criminal Minds 3.25 Criminal Minds

PRO 7

15.10 The Middle 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Get the F*ck out of my House Unterhaltung 22.30 Schulz In The Box 23.30 Schulz In The Box 0.30 Get the F*ck out of my House Unterhaltung 2.35 Spätnachrichten 2.40 Schulz In The Box 3.35 Schulz In The Box

RTL II

15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Station B1 - Kinderärzte mit Herz 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 Frauentausch 22.00 Die Kochprofis - Einsatz am Herd 22.55 Das Jahr in dem die Erde gefriert Katastrophensfilm, USA '11 0.45 Exklusiv - Die Reportage

VOX

17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 The Return of the First Avenger, Actionfilm USA '14 22.55 Green Lantern, Fantasyfilm USA '11 1.05 Nachrichten 1.25 The Return of the First Avenger, Actionfilm USA '14

KABEL EINS

16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Miss Undercover, Komödie USA '00 22.40 Miss Undercover 2, Komödie USA '05 0.55 kabel eins late news 1.00 Miss Undercover, Komödie USA '00

NDR

18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 Typisch! Der Dampflokführer von Borkum 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 mareTV 21.00 mareTV 21.45 NDR/Aktuell 22.00 Zaun an Zaun, Komödie D '17 23.30 Das Institut - Oase des Scheiterns

3SAT

17.45 Auf schmaler Spur durch Indien 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Wunderwerk Penis 21.00 scobel - Zukunft der Liebe 22.00 ZIB 2 22.25 Tabu - Es ist die Seele ein Fremdes auf Erden, Drama 23.55 Swinger, Drama 1.20 10 vor 10

WDR

18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Tatort - Paradies, Krimi Ö '14 21.45 WDR aktuell 22.10 Frau tv 22.40 Menschen hautnah: Geheimnisvolle Krankheiten 23.25 Das Robin Hood - Arm und Reich an einem Tisch

ORF 2

18.51 infos & tipps 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Rosenheim-Cops 21.05 Am Schauplatz 22.00 ZIB 2 22.30 Eco 23.05 Stöckl. 0.05 Brand, Drama Ö '11 1.45 Am Schauplatz 2.35 Eco

ARD	ARD	ZDF	RTL	SAT.1	PRO 7	RTL II
10.35 Sportschau. Dazw.: 13.00/15.45 Tagesschau 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Wer weiß denn sowas? 19.45 Sportschau vor acht 19.50 Wetter 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau	16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Kitzbühel 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Bettys Diagnose	17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten	17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwoche 19.55 SAT.1 Nachrichten	15.10 The Middle 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo	15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Station B1 - Kinderärzte mit Herz 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter	
 20.15 Die Inselärztin - Neustart auf Mauritius 21.15 Soko Leipzig 22.00 Soko Leipzig 22.45 heute-journal 23.15 aspekte Kulturmagazin 0.00 heute+ Nachrichten 0.15 Blockbustaz 0.45 Blockbustaz 1.15 Monk	 20.15 Der Staatsanwalt 21.15 Soko Leipzig 22.00 Soko Leipzig 22.45 heute-journal 23.15 aspekte Kulturmagazin 0.00 heute+ Nachrichten 0.15 Blockbustaz 0.45 Blockbustaz 1.15 Monk	 20.15 Wer wird Millionär? 21.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter 0.30 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 3.00 Die Trovatos - Detektive decken auf	 20.15 111 höllische Hobbys! 22.20 Knallerkerle 22.50 Knallerfrauen 23.20 Sechserpack 23.50 Sechserpack 0.20 111 höllische Hobbys! 2.10 Die Dreisten Drei	 20.15 Stirb langsam - Ein guter Tag zum Sterben 22.20 El Gringo 0.20 Last Man Standing 2.15 Watch Me	 20.15 Shutter Island 22.50 John Carpenters The Ward - Die Station 0.35 Hostel	

VOX	KABEL EINS	NDR	NDR	3sat	3SAT	WDR	ORF 2	ORF 2
17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Law & Order: Special Victims Unit 21.15 Law & Order: Special Victims Unit 22.10 Law & Order: Special Victims Unit 23.05 Law & Order: Special Victims Unit 0.00 Nachrichten	16.00 Navy CIS 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Navy CIS 21.15 Navy CIS: New Orleans 22.15 The Mentalist 23.15 The Mentalist 1.10 kabel eins late news	18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 Lust auf Norden 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 die nordstory - Einfach mal was tun 21.15 Fischotter und Kormorane im Jagdfieber 21.45 NDR/Aktuell 22.00 NDR Talk Show 0.15 10 Jahre Barbara und Hubertus	17.45 Panamericana 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 (Alb-)Traumjob Pilot 21.00 mal: Konkurrenz über den Wolken 21.30 auslandsjournal extra 22.10 ZIB 2 22.35 Don Jon, Tragikomödie 0.02 Die sexuellen Geheimnisse einer Familie, Komödie	18.15 Servicezeit Reportage 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Kyrill - ein Orkan fegt durchs Land 21.00 Unser Westen - Unsere Karnevalsjecken 21.45 WDR aktuell 22.00 Kölner Treff - Böttingers Beste Gäste 23.25 Alles Süper! Hans Süper - Lachgeschichten	19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Der Staatsanwalt 21.20 Die Bergretter 22.10 ZIB 2 22.35 EuroMillionen 22.45 Universum Story 23.30 Columbo 1.00 Doppelter Einsatz - Gefährliche Leidenschaft, Krimi D '04			

ARD	ARD	ZDF	RTL	SAT.1	PRO 7	RTL II
8.55 Tagesschau 9.00 Sportschau, Wintersport. Dazw.: 11.15/13.00/16.50 Tagesschau 18.00 Sportschau 18.30 Sportschau 19.57 Lotto am Samstag 20.00 Tagesschau	15.20 Kerners Köche 16.05 Bares für Rares 17.00 heute Xpress 17.05 Länderspiegel 17.35 plan b: Lockruf aufs Land 18.00 Soko Wien 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Bergretter	10.00 Der Blaulicht Report 14.45 Die Trovatos - Detektive decken auf 17.45 Best of...! Deutschlands schnellste Rankingshow 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Explosiv - Weekend	16.00 Klinik am Südring 16.59 So gesehen 17.00 Auf Streife - Die Spezialisten 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Grenzenlos - Die Welt entdecken 19.55 SAT.1 Nachrichten	15.05 Grey's Anatomy - Die jungen Ärzte 16.00 Grey's Anatomy - Die jungen Ärzte 17.00 taff weekend 18.00 Newstime 18.10 The Big Bang Theory 18.40 Young Sheldon 19.05 Galileo	16.00 Zuhause im Glück, Doku-Soap 18.00 Die Babystation - Jeden Tag ein kleines Wunder 19.00 Die Babystation - Jeden Tag ein kleines Wunder 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter	
 20.15 Gestüt Hochstetten (1) 21.45 Das Alter der Erde 23.15 Tagesthemen 23.35 Das Wort zum Sonntag 23.40 Was weg is, is weg	 20.15 Kommissarin Heller 21.45 Der Kriminalist 22.45 heute-journal 23.00 das aktuelle sportstudio 0.25 heute Xpress	 20.15 Deutschland sucht den Superstar 22.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 23.45 Deutschland sucht den Superstar 1.20 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus!	 20.15 Harry Potter und der Halbblutprinz 23.25 Boot Camp 1.25 The Contract 3.10 Boot Camp	 20.15 Der unglaubliche Burt Wonderstone 22.20 Stirb langsam - Ein guter Tag zum Sterben 0.25 The Factory	 20.15 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer 21.20 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer 22.30 Shutter Island	

VOX	KABEL EINS	NDR	NDR	3sat	3SAT	WDR	ORF 2	ORF 2
16.55 Shopping Queen 18.00 hundkatzenmaus 19.10 Harte Hunde - Ralf Seeger greift ein 20.15 Der Tag, an dem die Erde stillstand, Sci-Fi-Film USA '08 22.10 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin 23.10 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin	14.30 Forever 15.25 Elementar 16.20 kabel eins news 16.30 Elementary 17.25 Navy CIS: L.A. 18.25 Navy CIS: L.A. 19.20 Navy CIS 20.15 Hawaii Five-0 21.10 Hawaii Five-0 22.10 Scorpion 23.00 Rosewood 23.55 Navy CIS 0.55 Navy CIS 1.45 Hawaii Five-0 2.35 Hawaii Five-0	17.35 Tim Mälzer kocht! 18.00 Nordtour 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Der Hafenpastor, Familienfilm D '12 21.45 Schlagler, Die Sie kennen sollten 23.15 Sportclub live - Feuerwerk der Turnkunst 0.15 Paarduell 1.00 Paarduell 1.45 Die NDR Quizshow	17.30 Alyssa und ihr Delphin, Abenteuerfilm 19.00 heute 19.30 Klangwelten einer Trommlerin: Evelyn Glennie 20.00 Tagesschau 20.15 Bergkristall - Verirrt im Schnee, Abenteuerfilm 21.40 Georg Baselitz - Ein deutscher Maler, Dokufilm 23.10 Bayerischer Filmpreis 2017 1.25 Maischberger	18.15 Der Vorkoster 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Jet zo laache - Das Beste aus dem Kölner Karneval 21.45 Jet zo fiere - Das Beste aus der Verleihung des Ordens 'Wider den tierischen Ernst' 23.45 1. Kölsche Nostalgie-Sitzung 2.25 Mit deinen Augen, Romanze D '04	19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Prinzen, Pointen und Lei Lei 21.55 ZIB 22.05 Der Bulle von Tölz - Tod am Hahnenkamm, Krimi 23.40 100 Jahre Simpl 0.25 Columbo - Black Lady, Krimi 1.55 Lotti auf der Flucht			

ARD	ARD	ZDF	RTL	SAT.1	PRO 7	RTL II
8.55 Sportschau. Dazw.: 11.25/13.25 Tagesschau 18.30 Bericht aus Berlin 18.49 Gewinnzahlen Deutsche Fernsehlotterie 18.50 Lindenstraße 19.20 Weltspiegel 20.00 Tagesschau	17.10 ZDF SPORReportage 18.00 Die Wintercamper 18.30 Terra Xpress 19.00 heute 19.10 Berlin direkt 19.28 Aktio Mensch Gewinner 19.30 Faszination Erde - mit Dirk Steffens	12.45 Verdachtsfälle - Spezial 13.45 Undercover Boss 14.45 Undercover Boss 15.45 Deutschland sucht den Superstar 17.45 Exklusiv - Weekend 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Vermisst	14.55 Harry Potter und der Halbblutprinz, Fantasyfilm GB '09 17.55 Hochzeit auf den ersten Blick: Tatsächlich Liebe? 18.55 Projekt Superhand - Helfer auf vier Pfoten 19.55 SAT.1 Nachrichten	15.50 Project: Almanac, Sci-Fi-Film USA '15 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Die 20 spektakulärsten Geschichten zum Super Bowl - die ProSieben Football Night	14.00 Zuhause im Glück - Unser Einzug in ein neues Leben 16.00 Der Trödeltrupp - Das Geld liegt im Keller 17.00 Mein neuer Alter 18.00 Grip - Das Motormagazin 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter	
 20.15 Tator: Bausünden 21.45 Anne Will 22.45 Tagesthemen 23.05 ttt - titel thesen temperamente 23.35 Der Kongress 1.28 Tagesschau	 20.15 Katie Fforde: Mama allein zu Haus 21.45 heute-journal 22.00 Inspector Barnaby 23.30 ZDF-History 0.15 heute Xpress	 20.15 Der Kaufhaus Cop 2 22.10 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 23.20 Spiegel TV Magazin 0.05 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 1.15 Undercover Boss 2.10 Undercover Boss	 20.15 Indiana Jones und der letzte Kreuzzug 22.50 Rush Hour 2 0.40 Indiana Jones und der letzte Kreuzzug	 20.40 ran Football - Studio: NFL Conference Championships 21.05 ran Football: NFL Playoffs - Conference Championships Sport 22.35 NFL Conference Championships - Halbzeitanalyse	 20.15 Argo Thriller 22.30 Green Zone 0.45 Argo Thriller 2.40 Green Zone 4.20 Loser - Auch Verlierer haben Glück	

VOX	KABEL EINS	NDR	NDR	3sat	3SAT	WDR	ORF 2	ORF 2
15.55 Unser Traum vom Haus 17.00 auto mobil 18.15 Ab in die Ruine! 19.15 Hot oder Schrott - Die Allesterter 20.15 Promi Shopping Queen 23.25 Prominent! 0.10 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin 1.10 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin	14.50 Abenteuer Leben täglich 16.50 kabel eins news 17.00 Rosins Restaurants - Ein Sternekoch räumt auf! 19.15 K1 Magazin 20.15 Die größten Trends 2018 22.20 Abenteuer Leben Spezial 0.20 Mein Revier - Ordnungshüter räumen auf 2.20 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum	17.00 Bingo! - Die Umweltflotte 18.00 Ostsee Report 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 die nordstory spezial - Neuanfang auf Hallig Hooge 21.45 Sportschau 22.05 Die NDR Quizshow 22.50 Sportclub 23.35 Sportclub Story - Franz Beckenbauer: Der Fall des Kaisers	19.00 heute 19.10 Vitamine - das Märchen vom Mangel 19.40 Schätze der Welt - Erbe der Menschheit 20.00 Tagesschau 20.15 Nuhr im Ersten 21.00 Andreas Giebel - Live auf der Bühne! 21.45 Das Glück der Anderen, Komödie 23.15 Polizeiruf 110: Parkplatz der Liebe, Kriminalfilm	18.15 Tiere suchen ein Zuhause 19.10 Aktuelle Stunde 19.30 Westpol 20.00 Tagesschau 20.15 Wunderschön! Traumziel Seychellen 21.45 Sportschau Bundesliga am Sonntag 22.15 Zeiglers wunderbare Welt des Fußballs 22.45 Jet zo laache - Das Beste aus dem Kölner Karneval	19.17 Lotto 6 aus 45 mit Joker 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Tator 21.50 ZIB 22.00 Im Zentrum 23.05 Anfang Achtzig, Melodram Ö '11 0.30 Der Bulle von Tölz - Tod am Hahnenkamm, Kriminalfilm 2.00 Waldes Lust - Der Maler von Kitzbühel			

ARD

17.00 Tagesschau 17.15 Bristant 18.00 Wer weiß denn so was? 18.50 Großstadtrevier 19.45 Wissen vor acht - Zukunft 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Wo unser Wetter entsteht? Wind (2/2) 21.00 Hart aber fair 22.15 Tagesthemen 22.45 Hitlers letzte Mordgehilfen? 23.30 Der Mossad, die Nazis und die Raketen 0.15 Nachtmagazin

ZDF

15.05 Bares für Rares 16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko München 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Wisio



20.15 Die Toten vom Bodensee - Der Wiederkehrer 21.45 heute-journal 22.15 Die Bourne Identität 0.05 heute+ Nachrichten

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten



20.15 Wer wird Millionär? 22.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter 0.30 10 vor 11 Kulturmagazin 0.55 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 2.35 CSI: Miami Krimiserie

SAT.1

17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwache 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Navy CIS Krimiserie 21.15 Navy CIS: L.A. 22.15 Hawaii Five-0 23.15 Scorpion Krimiserie 0.10 Navy CIS: L.A. 1.10 Hawaii Five-0 1.55 Hawaii Five-0 2.40 Hawaii Five-0 3.20 Criminal Minds

PRO 7

15.10 The Middle 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 The Big Bang Theory 20.45 Young Sheldon Sitcom 21.15 The Big Bang Theory 21.45 The Big Bang Theory 22.10 The Big Bang Theory 22.40 The Big Bang Theory 23.10 2 Broke Girls Sitcom 23.35 2 Broke Girls Sitcom 0.00 The Big Bang Theory

RTL II

15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Station B1 - Kinderärzte mit Herz 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 Die Geissens - Eine schrecklich glamouröse Familie! Dokusoap 22.15 Extrem schön! - Endlich ein neues Leben 23.15 Extrem schön - Spezial Dokusoap 0.20 Exklusiv - Die Reportage

VOX

18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner - Wer ist der Profi? 20.00 Prominent! 20.15 Goodbye Deutschland! Die Auswanderer 0.10 Nachrichten 0.30 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin 1.25 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin

KABEL EINS

17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum 20.15 Lethal Weapon - Zwei stahlharte Profis, Actionfilm USA '86 22.30 Lethal Weapon II - Brennpunkt L.A., Actionkomödie USA '88 0.45 Tekken, Actionfilm USA '10

NDR

18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 Die nordreportage: Auf Deutschlands größter Freiluft-Eisbahn 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Die Ernährungs-Docs 21.45 NDR/Aktuell 22.00 45 Min - Frisch auf den Tisch? 22.45 Kulturjournal

3sat

17.45 Seidenstraße 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Abenteuer Neuseeland 21.00 Abenteuer Neuseeland 21.40 Wale und wilde Inseln 22.00 ZIB 2 22.25 Falciani und der Bankenskandal, Dokufilm 23.55 37 Grad: Geheimsache Tiertransporte

WDR

18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Der Vorkoster 20.15 Freitag tisch auf - Die Geheimnisse der Lebensmittelindustrie 21.45 WDR aktuell 22.10 Rentner hinter Gittern 22.20 Westart 23.20 Tusch, Alaaf, Rakete

ORF 2

18.51 infos & tipps 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Millionenshow 21.10 Thema 22.00 ZIB 2 22.30 kulturMontag 0.00 Tatort 1.30 kulturMontag 3.00 Thema 3.50 Die Millionenshow

ARD

17.00 Tagesschau 17.15 Bristant 18.00 Wer weiß denn so was? 18.50 Familie Dr. Kleist 19.45 Wissen vor acht - Natur 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Um Himmels Willen 21.00 In aller Freundschaft 21.45 Fakt 22.15 Tagesthemen 22.45 Vorstadtweiber 23.30 Vorstadtweiber 0.20 Nachtmagazin

ZDF

16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Köln 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Rosenheim-Cops



20.15 Nelson Müllers Nudel-Check 21.00 Frontal 21 21.45 heute-journal 22.15 Dich schickt der Himmel! 22.45 Markus Lanz 0.00 heute+ Nachrichten 0.15 Neu im Kino Kultur

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten



20.15 Sankt Maik Familienserie 21.15 Sankt Maik 22.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter 0.30 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus!

SAT.1

17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwache 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Irre sind männlich 22.15 akte 20.18 Infomagazin 23.10 Spiegel-TV - Reportage 0.15 Dinner Party - Der Late-Night-Talk 1.15 So gesehen Religion

PRO 7

15.10 The Middle 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Die Simpsons 20.45 Die Simpsons 21.10 Die Simpsons 21.40 Die Simpsons 22.10 Family Guy 22.40 Family Guy 23.10 Two and a Half Men 23.35 Two and a Half Men 0.05 The Mick Comedyserie

RTL II

15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Station B1 - Kinderärzte mit Herz 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 Zuhause im Glück - Unser Einzug in ein neues Leben Dokusoap 22.15 Die Bauretter Dokusoap 0.20 The Suspects - Wahre Verbrechen (2) 1.10 Autopsie - Mysteriöse Todesfälle Krimiserie

VOX

17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner - Wer ist der Profi? 20.00 Prominent! 20.15 Die wunderbare Welt der Kinder - Wir sind 6! 22.15 Die Beet-Brüder 23.15 Die Beet-Brüder 0.15 Nachrichten 0.35 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin

KABEL EINS

16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Rossini Restaurants - Ein Sternekoch räumt auf! 22.20 K1 Magazin Spezial 23.25 Abenteuer Leben 1.20 kabel eins late news

NDR

17.10 Eisbär, Affe & Co. 18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 NaturNah: Die Hildesheimer Börde 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Visite 21.15 Panorama 3 21.45 NDR/Aktuell 22.00 Tatort, Kriminalfilm 23.30 Weltbilder 0.00 Hudekamp - Ein Heimatfilm

3sat

17.00 Abenteuer Neuseeland 17.45 Abenteuer Neuseeland 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Spuren des Bösen - Schandee, Kriminalfilm 21.45 kinokino 22.00 ZIB 2 22.25 Sherlock - Ein Fall von Pink, Kriminalfilm 23.55 Die Wohnschüler 0.15 10 vor 10

WDR

18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Abenteuer Erde: Überleben - 6. Eltern im Einsatz 21.00 Quarks: Partyspaß und Nervengift - wie viel Alkohol vertragen wir? 21.45 WDR aktuell 22.10 Zorn - Wie sie töten, Krimi D '16 23.40 Tatort - Drei Affen, Kriminalfilm D '99

ORF 2

18.30 konkret 18.51 infos & tipps 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Universum 21.05 Report 22.00 ZIB 2 22.25 Euromillionen 22.35 kreuz und quer 0.05 Der kalte Himmel 1.35 Universum 2.20 Report

ARD

17.00 Tagesschau 17.15 Bristant 18.00 Wer weiß denn so was? 18.50 Hubert und Staller 19.45 Wissen vor acht - Werkstatt 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Die Notlüge 21.45 Plusminus 22.15 Tagesthemen 22.45 Maischberger 0.00 Nachtmagazin 0.20 Die Notlüge 1.53 Tagesschau

ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Wismar 18.54 Lotto am Mittwoch - Die Gewinnzahlen 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Heldt



20.15 Marie Brand und der schwarze Tag 21.45 heute-journal 22.15 auslandsjournal 22.45 ZDFzoom 23.15 Markus Lanz 0.30 heute+ Nachrichten

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten



20.15 Der Bachelor Dokusoap 22.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 23.15 stern TV Infomagazin 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter 0.30 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus!

SAT.1

17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwache 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Couchgeflüster 22.30 Irre sind männlich 0.20 Couchgeflüster 2.10 Schicksale - und plötzlich ist alles anders Dokusoap

PRO 7

15.10 The Middle 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Zoo - The Final Battle 22.10 Two and a Half Men 22.40 Two and a Half Men 23.10 Two and a Half Men 23.40 Two and a Half Men 0.05 Superior Donuts Comedyserie

RTL II

15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Station B1 - Kinderärzte mit Herz 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 Titel stand bei Red. - Schluss noch nicht fest 21.15 Teenie-Mütter - Wenn Kinder Kinder kriegen 22.15 Teenie-Mütter - Wenn Kinder Kinder kriegen 23.20 Autopsie - Mysteriöse Todesfälle Krimiserie

VOX

15.00 Shopping Queen 16.00 4 Hochzeiten und eine Traumreise 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner - Wer ist der Profi? 20.00 Prominent! 20.15 Gone 21.15 Gone 22.05 Major Crimes 23.00 Major Crimes 23.55 Nachrichten 0.15 Gone

KABEL EINS

16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Leg dich nicht mit Zohan an, Komödie USA '08 22.35 Lethal Weapon - Zwei stahlharte Profis, Actionfilm USA '86 0.51 kabel eins late news

NDR

18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 Wie geht das? Abriss mitten in der City 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Expeditionen ins Tierreich 21.00 Unsere Geschichte 21.45 NDR/Aktuell 22.00 Großstadtrevier 22.50 Neues aus Bütenwarder

3sat

17.45 Wilde Schönheiten 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Gold für Kim - ein Leben für Nordkoreaas Führer 21.00 Undercover in Nordkorea - im Reich des Kim Jong Un 22.00 ZIB 2 22.25 Sherlock - Der blinde Banker, Kriminalfilm 23.55 Prinzessin M.

WDR

18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Der C&A-Check 21.45 WDR aktuell 22.10 Kranke Pflege - Alexander Jorde kämpft für einen Neustart 22.55 Akte D - Das Versagen der Wohnungspolitik

ORF 2

19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Der Bergdoktor - Finale Klarheit 21.50 Autofocus 22.00 ZIB 2 22.30 WELTjournal 23.05 WELTjournal + 23.50 Der kalte Himmel, Melodram D '10 1.20 Autofocus

ARD

18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 In aller Freundschaft - Die jungen Ärzte 19.45 Wissen vor acht - Mensch 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Der Kroatien-Krimi: Mord auf Vis 21.45 Panorama 22.15 Tagesthemen 22.45 extra 3 23.30 Nuhr - Das große Kleinkunstfestival 2017 (1/2) Kabarett

ZDF

16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Stuttgart 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Notruf Hafenkante



20.15 Der Bergdoktor 21.45 heute-journal 22.15 maybrit illner 23.15 Markus Lanz 0.30 heute+ Nachrichten 0.45 Luther 2.30 Line of Duty 3.30 maybrit illner Talkshow

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten



20.15 Der Lehrer 21.15 Magda macht das schon! Sitcom 21.45 Beste Schwestern 22.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! Beste Schwestern 23.30 RTL Nachtjournal 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter

SAT.1

17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwache 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Criminal Minds 21.15 Criminal Minds 23.10 Criminal Minds 0.10 Criminal Minds 1.10 Criminal Minds 1.55 Criminal Minds 2.45 Criminal Minds 4.00 Criminal Minds 4.45 Auf Streife Dokusoap

PRO 7

15.10 The Middle 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Get the F*ck out of my House Unterhaltung 22.55 Heroes of the Internet 23.25 Heroes of the Internet 23.55 Heroes of the Internet 0.25 Heroes of the Internet 0.50 Get the F*ck out of my House Unterhaltung 3.10 Spätnachrichten

RTL II

15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, verliebt, verzweifelt... 17.00 Station B1 - Kinderärzte mit Herz 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 Extrem sauber - Putzteufel im Messie-Chaos (1) Dokusoap 21.15 Frauentausch 23.15 Magma - Die Welt brennt Katastrophenfilm, D/USA '05 1.05 Exklusiv - Die Reportage

VOX

17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Kindsköpfe 2. Komödie USA '13 22.10 Ride along, Actionkomödie USA '14 0.05 Nachrichten 0.25 Kindsköpfe 2, Komödie USA '13 2.10 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin

KABEL EINS

16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Wer kümmert uns drum 20.15 Der Ja-Sager, Komödie USA '08 22.30 Leg dich nicht mit Zohan an, Komödie USA '08 0.45 Kabel eins late news 0.50 Der Ja-Sager, Komödie USA '08

NDR

18.15 Typisch! Der Boxtrainer 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Länder - Menschen - Abenteuer 21.00 Länder - Menschen - Abenteuer 21.45 NDR//Aktuell 22.00 Mein Sohn, der Klugscheißer, Familienfilm D '16 23.30 Das Institut - Oase des Scheiterns

3SAT

17.00 Wilde Schönheiten 17.45 Wilde Schönheiten 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 wissen aktuell: Wohlfahrt für alle? 22.00 ZIB 2 22.25 Sherlock - Das große Spiel, Kriminalfilm 23.55 10 vor 10 0.25 Rundschau 1.05 Die Wohnschüler

WDR

18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Tatort - Freigang, Krimi D '14 21.45 WDR aktuell 22.10 Frau tv 22.40 Menschen hautnah: Geheimnisvolle Krankheiten 23.25 Vom Außenseiter zum Sternekoch

ORF 2

18.51 infos & tipps 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Rosenheim-Cops 21.05 Am Schauplatz 22.00 ZIB 2 22.30 Eco 23.05 Stückl. 0.05 Feine Dame, Komödie Ö '06 1.35 Am Schauplatz

ARD

17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Wer weiß denn sowas? 19.45 Sportschau vor acht 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Die Inselärztin - Notfall im Paradies 21.45 Tagesthemen 22.00 Polizeiruf 110: Schuld 23.30 Sherlock - Im Zeichen der Drei

ZDF

16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Kitzbühel 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Bettys Diagnose



20.15 Der Staatsanwalt 21.15 Soko Leipzig 22.00 heute-journal 23.00 heute-show 23.00 aspekte Kulturmagazin 23.45 heute+ Nachrichten 0.00 Blockbustaz 0.30 Blockbustaz 1.00 Monk

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten



20.15 Big Bounce - Die Trampolinshow 22.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 0.00 RTL Nachtjournal 0.30 Das Wetter 0.27 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 2.10 Take Me Out

SAT.1

17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwache 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Paul Panzers Comedy Spieleabend 21.15 Genial daneben 22.20 Knallerkerle Comedy 22.50 Knallerfrauen Comedy 23.20 Sechserpack Comedy 23.50 Sechserpack Comedy 0.20 Paul Panzers Comedy Spieleabend

PRO 7

15.10 The Middle 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Man of Steel Actionfilm, USA '13. Mit Henry Cavill 23.15 The Philosophers - Die Bestimmung Sci-Fi-Film, R/USA '13 1.25 Freerunner Actionfilm, USA '11. Mit Sean Faris 3.05 Watch Me - das Kinomagazin Kulturmagazin

RTL II

15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Station B1 - Kinderärzte mit Herz 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 Looper Sci-Fi-Film, CHN/USA '12 Mit Bruce Willis 22.30 Sin City Thriller, USA '05. Mit J. Alba 0.50 12 Monkeys Sci-Fi-Film, USA '95 2.50 Keine halben Sachen Komödie, USA '00

VOX

17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner - Wer ist der Profi? 20.00 Prominent! 20.15 Law & Order: Special Victims Unit 21.15 Law & Order: Special Victims Unit 22.10 Law & Order: Special Victims Unit 23.05 The Law & Order: Special Victims Unit

KABEL EINS

16.00 Navy CIS 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Navy CIS 21.15 Navy CIS: New Orleans 22.15 The Mentalist 23.15 The Mentalist 1.10 kabel eins late news

NDR

18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 Lust auf Norden 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 die nordstory - Mit Mut, Mürtel und ohne Millionen 21.15 Reedereien in schwerer See - Ausgefloggt und abgewrackt 21.45 NDR//Aktuell 22.00 3nach9 0.00 Inas Nacht

3SAT

17.45 Lechtal - Lebensraum Berg 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Die Lebensmittel-Mafia 21.00 makro: Existenzkampf im Handel 21.30 auslandsjournal extra 22.10 ZIB 2 22.35 Sherlock - Ein Skandal in Belgravia, Kriminalfilm 0.05 Zapp

WDR

18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit Reportage 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Wie das Sauerland zum Wintersportparadies wurde 21.00 Unser Westen - Unsere Karnevalshits 21.45 WDR aktuell 22.00 Kölner Treff 23.30 Die Schnieke Prunz Sitzung

ORF 2

19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Der Staatsanwalt 21.20 Die Bergretter 22.10 ZIB 2 22.35 Euronillionen 22.45 Das radikale Böse, Dokufilm Ö '13 0.15 Meine keine Familie, Dokufilm Ö '12

ARD

8.55 Tagesschau 9.00 Sportschau, Wintersport. Dazw. 11.30/13.00/16.50 Tagesschau 18.00 Sportschau 18.30 Sportschau 19.57 Lotto am Samstag 20.00 Tagesschau



20.15 Gestüt Hochstetten (2) 21.45 Der fast perfekte Mann 23.15 Tagesthemen 23.35 Das Wort zum Sonntag

ZDF

15.20 Kerners Köche 16.05 Bares für Rares 17.00 heute Xpress 17.05 Länderspiegel 17.35 plan bar: Faire Arbeit - gerechter Lohn 18.05 Soko Wien 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Bergretter



20.15 Der Kommissar und das Meer 21.45 Der Kriminalist 22.45 heute-journal 23.00 das aktuelle sportstudio 0.25 heute Xpress 0.30 heute-show

RTL

10.00 Der Blaulicht Report 14.45 Die Trovatos - Detektive decken auf 17.45 Best of...! Deutschlands schnellste Rankingshow 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Explosiv - Weekend



20.15 Deutschland sucht den Superstar 22.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 0.00 Deutschland sucht den Superstar 1.40 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! Verdachtsfälle 3.25

SAT.1

16.00 Klinik am Südring 16.59 So gesehen 17.00 Auf Streife - Die Spezialisten 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Grenzlenos - Die Welt entdecken 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Harry Potter und die Heiligtümer des Todes Teil 1 Fantasyfilm, USA '10. Mit D. Radcliffe 23.15 Unsichtbar - Zwischen zwei Welten Thriller, USA '07. Mit Marcia Gay Harden, Christopher Marquette

PRO 7

15.05 Grey's Anatomy - Die jungen Ärzte 16.00 Grey's Anatomy - Die jungen Ärzte 17.00 taff weekend 18.00 Newstime 18.10 The Big Bang Theory 18.40 Young Sheldon 19.05 Galileo



20.15 Abschussfahrt - Vier ist einer zu voll Komödie, D '15. Mit Max von der Groeben 22.15 The Watch - Nachbarn der 3. Art Komödie, USA '12. Mit Ben Stiller 0.20 Man of Steel Actionfilm, USA '13. Mit Henry Cavill

RTL II

16.00 Zuhause im Glück, Dokusoap 18.00 Die Babystation - Jeden Tag ein kleines Wunder 19.00 Die Babystation - Jeden Tag ein kleines Wunder 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuresserie. Das Tor 21.25 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuresserie 22.25 Looper Sci-Fi-Film, CHN/USA '12

VOX

16.55 Shopping Queen 18.00 hundkatzenmaus 19.10 Harte Hunde 20.15 Kampf der Titanen, Fantasyfilm USA '10 22.10 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin 23.10 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin 0.10 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin

KABEL EINS

14.30 Forever 15.30 Elementary 16.25 kabel eins news 16.35 Elementary 17.30 Navy CIS: L.A. 18.25 Navy CIS: L.A. 19.20 Navy CIS 20.15 Hawaii Five-0 21.15 Hawaii Five-0 22.15 Scorpion 23.15 Rosewood 0.15 Navy CIS 1.10 Navy CIS 2.00 Hawaii Five-0 2.50 Hawaii Five-0

NDR

14.00 Sportclub live - 3. Liga 16.00 Heiter bis tödlich: Zwischen den Zeilen 16.45 Adelheid und ihre Mörder 17.35 Tim Mälzer kocht! 18.00 Nordtour 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Titel stand bei Red.-Schluss noch nicht fest 0.45 Paarduell 1.30 Paarduell

3SAT

19.00 heute 19.30 Stille Helden 19.45 Die Causa Gurliitt - verdrängtes Erbe Nazi-Raubkunst 20.00 Tagesschau 20.15 Semperopernball 2018 23.45 Semperopernball 2018 - André Rieu 0.45 lebensArt 1.45 das aktuelle sportstudio 3.10 Wilde Überlebenskünstler - Wie Tiere durchhalten

WDR

17.15 Polettos Kochschule 17.45 Kochen mit Martina und Moritz 18.15 Der Vorkoster 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Jet zu laache - Das Beste aus dem Kölner Karneval 21.45 Jet zu fiere - Das Beste aus 'Karneval in Köln' 23.45 Querbeat - Das Konzert

ORF 2

18.15 Bingo 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Titel stand bei Red.-Schluss noch nicht fest 21.55 ZIB 22.05 Der Bulle von Tölz, Kriminalfilm 23.40 Titel stand bei Red.-Schluss noch nicht fest 0.25 Columbo, Kriminalfilm

ARD

8.45 Sportschau, Wintersport. Dazw.: 11.15/14.30/16.50 Tagesschau 18.30 Bericht aus Berlin 18.49 Deutsche Fernsehlotterie 18.50 Lindenstraße 19.20 Weltspiegel 20.00 Tagesschau



20.15 Tatort: Déjà-vu Krimifilm, D '18 21.45 Anne Will Talkshow 22.45 Tagesthemen 23.05 ttt - titel thesen temperamente Kultur 23.35 Druckfrisch Magazin 0.05 Nachtlärm Komödie, CH/D '12. Mit A. M. Lara

ZDF

17.10 ZDF SPORTreportage 18.00 Berghüttenzauber 18.30 Terra Xpress 19.00 heute 19.10 Berlin direkt 19.28 Aktiomen Mensch Gewinner 19.30 Faszination Erde - mit Dirk Steffens



20.15 Cecelia Ahern: Ein Moment fürs Leben Melodram, D '17 21.45 heute-journal Nachrichten 22.00 Inspector Barnaby Kriminalfilm, GB '18 23.30 ZDF-History Doku 0.15 heute Xpress

RTL

12.45 Verdachtsfälle - Spezial 13.45 Undercover Boss 14.45 Undercover Boss 15.45 Deutschland sucht den Superstar 17.45 Exklusiv - Weekend 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Vermisst



20.15 Hercules Fantasyfilm, USA '14 22.10 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! Unterhaltungsshow 23.20 Spiegel TV Magazin 0.05 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 1.15 Undercover Boss

SAT.1

15.05 Harry Potter und die Heiligtümer des Todes Teil 1, Fantasyfilm USA '10 17.55 Hochzeit auf den ersten Blick: Tatsächlich Liebe?! 18.55 Projekt Superhund 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Indiana Jones und das Königreich des Kristallschädels Abenteuerfilm, USA '08 Mit Harrison Ford, Cate Blanchett 22.50 Rush Hour 3 Actionkomödie, USA '07 Mit Chris Tucker

PRO 7

14.25 The Watch - Nachbarn der 3. Art, Komödie USA '12 16.15 Abschussfahrt - Vier ist einer zu voll, Komödie D '15 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Non-Stop Actionfilm, USA '14. Mit L. Neeson 22.25 John Rambo Actionfilm, USA '08. Mit S. Stallone. Regie: Sylvester Stallone 0.00 Non-Stop Actionfilm, USA '14. Mit L. Neeson 1.50 John Rambo Actionfilm, USA '08. Mit S. Stallone

RTL II

14.00 Zuhause im Glück - Unser Einzug in ein neues Leben 16.00 Der Trödeltrupp - Das Geld liegt im Keller 17.00 Mein neuer Alter 18.00 Grip - Das Motormagazin 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 Das perfekte Verbrechen Thriller, USA '07 22.30 Hannibal Thriller, USA '01. Mit A. Hopkins 1.10 Rendezvous mit dem Leben Melodram, USA '16. Mit J. Sudeikis 2.50 Das perfekte Verbrechen Thriller, USA '07

VOX

15.55 Unser Traum vom Haus 17.00 auto mobil 18.15 Ab in die Ruine! 19.15 Beat the Box 20.15 Promi Shopping Queen 23.15 Prominent! 0.00 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin 1.45 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin

KABEL EINS

15.05 Abenteuer Leben täglich 17.05 kabel eins news 17.15 Rosins Restaurants 19.15 K1 Magazin Spezial 20.15 Die größten Trends 2018 22.20 Abenteuer Leben am Sonntag 0.20 Mein Revier - Ordnungshüter räumen auf 2.20 Challenge 2.50 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum

NDR

17.00 Bingo! - Die Umweltlotterie 18.00 Nordseereport 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Die schönsten Küsten im Norden 21.45 Sportschau 22.05 Die NDR Quizshow 22.50 Sportclub 23.35 Sportclub Story - Ingrid Klimke 0.05 Sherlock - Der lügende Detektiv, Krimi GB '17

3SAT

19.10 Die Verpackung der Zukunft - die Zukunft der Verpackung 19.40 Schätze der Welt - Erbe der Menschheit 20.00 Tagesschau 20.15 Pupfaffs Happy Hour 21.00 Mathias Tretter: Pop 21.45 Sherlock - Die Hunde von Baskerville, Kriminalfilm 23.15 Sherlock - Der Reichenbachfall, Kriminalfilm

WDR

18.15 Tiere suchen ein Zuhause 19.10 Aktuelle Stunde 19.30 Westpol 20.00 Tagesschau 20.15 Wunderschön! 21.45 Sportschau Bundesliga am Sonntag 22.15 Zeitglück wunderbare Welt des Fußballs 22.45 Titel stand bei Red - Schluss noch nicht fest 0.15 Jetzo laache - Solo Extra: Willibert Pauels

ORF 2

19.00 Bundesland heute 19.16 Wetter 19.17 Lotto 6 aus 45 mit Joker 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Tatort 21.50 ZIB 22.00 Im Zentrum 23.05 Titel stand bei Red - Schluss noch nicht fest 0.30 Der Bulle von Tölz, Kriminalfilm

ARD

18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Großstadtrevier 19.45 Wissen vor acht - Zukunft 19.48 Wetter vor acht 19.50 Gesichter Olympias 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Wider den tierischen Ernst 2018 Karneval 22.15 Tagesthemen 22.45 Der Pflegeaufstand 23.30 Todeszug in die Freiheit Dokumentation 0.15 Nachtmagazin 0.35 Tatort: Déjà-vu Kriminalfilm, D '18

ZDF

15.05 Bares für Rares 16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko München 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Wiso



20.15 Spuren des Bösen - Wut Krimi, Ö '17 21.45 heute-journal 22.15 Die Bourne Verschwörung Actionfilm, USA '04. Mit M. Damon 23.55 heute+ Nachrichten 0.10 Liebeslied Musikfilm, D '09. Mit Jan Plewka

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten



20.15 Wer wird Millionär? 21.15 Undercover Boss 22.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 23.30 Extra - Das RTL Magazin Boulevardmagazin 0.00 RTL Nachtmagazin 0.27 Das Wetter 0.30 10 vor 11 Kulturmagazin

SAT.1

17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwache 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Navy CIS Krimiserie 21.15 Navy CIS: L.A. 22.15 Hawaii Five-0 23.15 Scorpion Krimiserie 0.10 Navy CIS: L.A. 1.05 Hawaii Five-0 1.50 Hawaii Five-0 2.35 Hawaii Five-0 3.15 Criminal Minds

PRO 7

15.10 The Middle 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 The Big Bang Theory 20.45 Young Sheldon Sitcom 21.15 The Big Bang Theory 21.45 The Big Bang Theory 22.10 The Big Bang Theory 22.35 The Big Bang Theory 23.05 2 Broke Girls Sitcom 23.35 2 Broke Girls Sitcom 0.00 The Big Bang Theory

RTL II

15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Station B1 - Kinderärzte mit Herz 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 Die Geissens - Eine schrecklich glamouröse Familie! Dokusoap 22.15 Extrem schön - Spezial Dokusoap 23.15 Extrem schön! - Endlich ein neues Leben 0.20 Exklusiv - Die Reportage

VOX

17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Goodbye Deutschland! Die Auswanderer 0.10 Nachrichten 0.30 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin 1.25 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin

KABEL EINS

17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum 20.15 Lethal Weapon 3 - Die Profis sind zurück, Actionkomödie USA '92 22.45 Lethal Weapon 4 - Zwei Profis räumen auf, Actionfilm USA '98 1.15 Glimmer Man, Actionfilm USA '96

NDR

18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 die nordreportage: Im Zeltlager der Hallig-Retter 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Die Ernährungsdocs 21.45 NDR/Aktuell 22.00 45 Min - Kopf oder Bauch? Wie wir kaufen 22.45 Kulturjournal

3SAT

19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Der Arlberg - Wiege des alpinen Skilaufs 21.00 Herrmann Maier: Meine Heimat - Naturjuwel Salzburg 21.45 Ötscher - Im Reich des sanften Riesen 22.30 Die andere Hälfte des Himmels, Dokufilm 23.50 37 Grad: Dich schickt der Himmel!

WDR

18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Der Vorkoster 21.00 Freitag tisch auf - Die Geheimnisse der Lebensmittelindustrie 21.45 WDR aktuell 22.10 Mit dem Wohnwagen in die Wärme 22.40 Westart

ORF 2

18.51 infos & tipps 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Millionenshow 21.10 Thema 22.00 ZIB 2 22.30 kulturMontag 0.00 Tatort 1.30 kulturMontag 3.00 Thema 3.50 Die Millionenshow

ARD

18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Familie Dr. Kleist 19.45 Wissen vor acht - Natur 19.48 Wetter vor acht 19.50 Gesichter Olympias 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Um Himmels Willen Familienserie 21.00 In aller Freundschaft Arztserie 21.45 Report Mainz 22.15 Tagesthemen 22.45 Vorstadtweiber 23.30 Vorstadtweiber 0.20 Nachtmagazin

ZDF

16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Köln 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Rosenheim-Cops



20.15 Nelson Müllers Käse-Check Magazin 21.00 Frontal 21 Magazin 21.45 heute-journal 22.15 Das dunkle Geheimnis Dokumentation 22.45 Markus Lanz 0.00 heute+ Nachrichten 0.15 Neu im Kino Kultur

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten



20.15 Sankt Maik Familienserie 21.15 Beck is back! 22.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 0.00 RTL Nachtmagazin 0.27 Das Wetter 0.30 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus!

SAT.1

17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwache 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Traumfrauen Komödie, D '15. Mit H. Herzprung 22.30 akte 20.18 Infomagazin 23.10 Spiegel TV - Reportage 0.15 Dinner Party - Der Late-Night-Talk Talkshow 1.15 So gesehen Religion

PRO 7

15.10 The Middle 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Die Simpsons 20.45 Die Simpsons 21.10 Die Simpsons 21.40 Die Simpsons 22.10 Family Guy 22.40 Family Guy 23.10 Two and a Half Men 23.35 Two and a Half Men 0.05 The Mick Comedyserie

RTL II

15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Station B1 - Kinderärzte mit Herz 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter



20.15 Zuhause im Glück - Unser Einzug in ein neues Leben Dokusoap 22.15 Die Bauretter Dokusoap 0.20 The Suspects - Wahre Verbrechen (2) 1.05 Autopsie - Mysteriöse Todesfälle Krimiserie

VOX

16.00 4 Hochzeiten und eine Traumreise 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Ewige Helden 22.35 Die Beet-Brüder 23.35 Die Beet-Brüder 0.40 Nachrichten 1.00 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin

KABEL EINS

16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum 20.15 Rosins Restaurants - Ein Sternekoch räumt auf! 22.20 K1 Magazin Spezial 23.20 Abenteuer Leben 1.25 kabel eins late news

NDR

17.10 Eisbär, Affe & Co. 18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 NaturVah: Waldläufer Über Leben in der Wildnis 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Visite 21.15 Panorama 3 21.45 NDR/Aktuell 22.00 Polizeiruf 110, Kriminalfilm 23.30 Weltbilder 0.00 Ausgedient

3SAT

18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Auf das Leben!, Drama 20.40 Die letzten Zeugen, Leben nach der Shoah 22.40 Vergess uns nicht, erzählt es weiter - Die letzten Zeugen 23.25 Inge - hinter den Kulissen 23.45 Piza in Auschwitz 0.50 10 vor 10

WDR

18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Abenteuer Erde: Wilde Schweiz 21.00 Quarks: Geheimnisvoller Kosmos 21.45 WDR aktuell 22.10 Dimitrios Schulze, Krimi D '16 23.40 Tatort - Der unsichtbare Gegner, Krimi D '82 0.15 Quarks: Geheimnisvoller Kosmos

ORF 2

18.30 konkret 18.51 infos & tipps 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Universum 21.05 Report 22.00 ZIB 2 22.25 EuroMillionen 22.35 kreuz und quer 0.05 Titel stand bei Red - Schluss noch nicht fest

ARD 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Hubert und Staller 19.45 Wissen vor acht - Werkstatt 19.48 Wetter vor acht 19.50 Gesichter Olympias 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau	ARD 16.10 Die Rosenheim-Cops heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Wismar 18.54 Lotto am Mittwoch - Die Gewinnzahlen 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Heldt	ZDF 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten	RTL 17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwoche 19.55 SAT.1 Nachrichten	SAT.1 15.10 The Middle 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo	PRO 7 15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Station B1 - Kinderärzte mit Herz 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter	RTL II 20.15 Düsseldorf Helau - Jeck erst recht 20.15 Karnevalsshow 22.15 Tagesthemen 22.45 Maischberger 0.00 Nachtmagazin 0.20 Vergissmichnicht 1.43 Tagesschau	20.15 Aktenzeichen XY... ungelöst 20.15 Magazin 21.45 heute-journal 22.15 auslandsjournal 22.45 ZDFzoom 23.15 Markus Lanz 0.30 heute+ Nachrichten 0.45 Nelson Müllers Käse-Check	20.15 Der Bachelor Dokusoap 22.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! Unterhaltungsshow 23.15 stern TV Infomagazin 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter 0.30 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus!	20.15 Das erstaunliche Leben des Walter Mitty Komödie, GB/KAN '13 Mit Ben Stiller 22.30 Traumfrauen Komödie, D '15. Mit H. Herzprung 0.35 Das erstaunliche Leben des Walter Mitty Komödie, GB/KAN '13	20.15 Zoo - The Final Battle Thrillerserie. Mit J. Wolk 22.10 Two and a Half Men Sitcom 22.40 Two and a Half Men 23.10 Two and a Half Men 23.35 Two and a Half Men 0.00 Superior Donuts Comedyserie	20.15 Babys! Kleines Wunder - großes Glück 21.15 Die Babystation - Jeden Tag ein kleines Wunder Dokusoap 22.15 Teenie-Mütter - Wenn Kinder Kinder kriegen 23.15 Autopsie - Mysteriöse Todesfälle Krimiserie
--	--	--	--	---	---	---	---	---	--	---	---

ARD 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 In aller Freundschaft - Die jungen Ärzte 19.45 Wissen vor acht - Mensch 19.48 Wetter vor acht 19.50 Gesichter Olympias 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau	ARD 16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Stuttgart 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Notruf Hafenkante	ZDF 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten	RTL 17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwoche 19.55 SAT.1 Nachrichten	SAT.1 15.10 The Middle 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo	PRO 7 15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Station B1 - Kinderärzte mit Herz 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter	RTL II 20.15 Der Kroatien-Krimi: Messer am Hals 21.45 Monitor 22.15 Tagesthemen 22.45 extra 3 23.30 Nuhr - Das große Kleinkunstfestival 2017 (2/2)	20.15 Der Bergdoktor Arztserie 21.45 heute-journal 22.15 maybrit illner 23.15 Markus Lanz 0.30 heute+ Nachrichten 0.45 Luhr - Das große Kleinkunstfestival 2017 (2/2)	20.15 Der Lehrer 21.15 Magda macht das schon! 21.45 Beste Schwestern 22.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 23.30 Beste Schwestern 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter	20.15 Criminal Minds 21.15 Criminal Minds 23.10 Criminal Minds 0.10 Criminal Minds 1.10 Criminal Minds 2.00 Criminal Minds 2.40 Criminal Minds 3.55 Criminal Minds 4.45 Auf Streife	20.15 Get the F*ck out of my House Unterhaltung 22.20 Heroes of the Internet 22.50 Heroes of the Internet 23.20 Heroes of the Internet 23.50 Heroes of the Internet 0.20 Get the F*ck out of my House 2.15 Spätnachrichten	20.15 Extrem sauber - Putzteufel im Messie-Chaos (4) Dokusoap 21.15 Frauentausch Dokusoap 23.15 Meteor - Der Tod kommt vom Himmel Katastrophenfilm, KAN/USA '07
--	--	--	--	---	---	--	---	--	--	---	--

ARD 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Elysium, Sci-Fi-Film USA '13 22.25 Tokarev, Actionfilm USA '14 0.10 Nachrichten 0.30 Elysium, Sci-Fi-Film USA '13 2.15 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin	ARD 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum 20.15 Up in the Air, Tragikomödie USA '09 22.35 Space Cowboys, Abenteuerfilm USA '99 USA '13 2.15 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin	ZDF 18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 Typisch! Neuanfang am Deich 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 mareTV 21.00 mareTV 21.45 NDR/Aktuell 22.00 Für Dich dreh ich die Zeit zurück, Tragikomödie D/Ö '17 23.30 Das Institut - Oase des Scheiterns	RTL 17.45 Steffens entdeckt: Amazonien 17.45 Steffens entdeckt: Patagonien 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Vernetzte Pflanzenwelt 21.00 scobel - Die Macht des Miteinander 22.00 ZIB 2 22.25 Auf brennender Erde, Drama 0.02 Solo Sunny, Drama	SAT.1 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Tatort - Mörder-spiele, Krimi D '03 21.45 WDR aktuell 22.10 Frau tv 22.40 Menschen hautnah: Tanzmariechen sucht Cowboy! 23.25 Let them selberrmachen! 23.55 Tatort - Mörderspiele, Krimi D '03	PRO 7 18.51 infos & tipps 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Rosenheim-Cops 21.05 Am Schauplatz 22.00 ZIB 2 22.30 Eco 23.05 Stöckl. 0.05 Titel stand bei Red.-Schluss noch nicht fest 1.35 Am Schauplatz	20.15 Die vermisste Frau Kriminalfilm, D '16. Mit Corinna Harfouch 21.45 Tagesthemen 22.00 Tatort: Zahltag 23.30 Sherlock - Sein letzter Schwur 1.00 Nachtmagazin	20.15 Der Staatsanwalt 21.15 Soko Leipzig 22.00 heute-journal 22.30 heute-show 23.00 aspekte Kulturmagazin 23.45 heute+ Nachrichten 0.00 NEO Magazin Royale mit Jan Böhrermann 0.45 Monk	20.15 Big Bounce - Die Trampolinshow Unterhaltungsshow 22.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 23.15 Markus Krebs - Die Show Unterhaltung 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter	20.15 Paul Panzers Comedy Spieleabend 21.15 Genial daneben 22.20 Knallerfrauen Comedy 22.45 Knallerfrauen Comedy 23.20 Sechserpack Comedy 23.45 Sechserpack Comedy 0.20 Paul Panzers Comedy Spieleabend	20.15 Terminator - Die Erlösung Sci-Fi-Film, USA '09. Mit C. Bale 22.30 Red Dawn Actionfilm, USA '12. Mit Chris Hemsworth 0.20 Terminator - Die Erlösung Sci-Fi-Film, USA '09. Mit C. Bale	20.15 Der Staatsfeind Nr. 1 Actionfilm, USA '98 22.55 Sin City 2 - A Dame To Kill For Thriller, USA '14. Mit J. Alba 1.00 Freddy Vs. Jason Horrorfilm, USA '03 2.35 Der Staatsfeind Nr. 1 Actionfilm, USA '98
---	--	--	---	---	--	--	--	--	--	---	---

ARD 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Wer weiß denn sowas? 19.45 Sportschau vor acht 19.50 Gesichter Olympias 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau	ARD 16.00 heute 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 Soko Kitzbühel 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Bettys Diagnose	ZDF 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten	RTL 17.00 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 Auf Streife - Die Spezialisten 19.00 Die Ruhrpottwoche 19.55 SAT.1 Nachrichten	SAT.1 15.10 The Middle 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo	PRO 7 15.00 Berlin - Tag & Nacht 16.00 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 17.00 Station B1 - Kinderärzte mit Herz 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.10 RTL II Wetter	RTL II 20.15 Die vermisste Frau 21.45 Tagesthemen 22.00 Tatort: Zahltag 23.30 Sherlock - Sein letzter Schwur 1.00 Nachtmagazin	20.15 Der Staatsanwalt 21.15 Soko Leipzig 22.00 heute-journal 22.30 heute-show 23.00 aspekte Kulturmagazin 23.45 heute+ Nachrichten 0.00 NEO Magazin Royale mit Jan Böhrermann 0.45 Monk	20.15 Big Bounce - Die Trampolinshow Unterhaltungsshow 22.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 23.15 Markus Krebs - Die Show Unterhaltung 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter	20.15 Paul Panzers Comedy Spieleabend 21.15 Genial daneben 22.20 Knallerfrauen Comedy 22.45 Knallerfrauen Comedy 23.20 Sechserpack Comedy 23.45 Sechserpack Comedy 0.20 Paul Panzers Comedy Spieleabend	20.15 Terminator - Die Erlösung Sci-Fi-Film, USA '09. Mit C. Bale 22.30 Red Dawn Actionfilm, USA '12. Mit Chris Hemsworth 0.20 Terminator - Die Erlösung Sci-Fi-Film, USA '09. Mit C. Bale	20.15 Der Staatsfeind Nr. 1 Actionfilm, USA '98 22.55 Sin City 2 - A Dame To Kill For Thriller, USA '14. Mit J. Alba 1.00 Freddy Vs. Jason Horrorfilm, USA '03 2.35 Der Staatsfeind Nr. 1 Actionfilm, USA '98
--	--	--	--	---	---	--	--	--	--	---	---

ARD 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Law & Order: Special Victims Unit 21.15 Law & Order: Special Victims Unit 22.10 Law & Order: Special Victims Unit 23.05 Law & Order: Special Victims Unit 0.00 Nachrichten	ARD 16.00 Navy CIS 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Navy CIS 21.20 Navy CIS: New Orleans 22.20 The Mentalist 23.20 The Mentalist 0.15 The Mentalist 1.10 kabel eins late news	ZDF 18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 Lust auf Norden 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 die nordstory - Touristenziel Hamburg 21.15 24-Stunden-Ki-tas 21.45 NDR/Aktuell 22.00 NDR Talk Show 0.00 Inas Nacht 1.00 NDR Talk Show Classics	RTL 17.45 Angelique und die Gorillas, Tierdokumentation 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 falsches Signal - Wie die Bahn beim Gütertransport versagt 21.00 makro: Russlands Rückkehr 21.30 auslandsjournal extra 22.10 ZIB 2 22.35 Mackenna's Gold, Western	SAT.1 18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit Reportage 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Mega-Event Skispringen - Weltcupfeber im Sauerland 21.00 Das Beste aus Alaaf und Helau! 21.45 WDR aktuell 22.00 Kölner Treff 23.30 2. Kölsche Nostalgie-Sitzung	PRO 7 18.30 konkret 18.51 infos & tipps 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Der Staatsanwalt 21.20 Die Bergretter 22.10 ZIB 2 22.35 Euro-millionen 22.45 Titel stand bei Red.-Schluss noch nicht fest	20.15 Die vermisste Frau Kriminalfilm, D '16. Mit Corinna Harfouch 21.45 Tagesthemen 22.00 Tatort: Zahltag 23.30 Sherlock - Sein letzter Schwur 1.00 Nachtmagazin	20.15 Der Staatsanwalt 21.15 Soko Leipzig 22.00 heute-journal 22.30 heute-show 23.00 aspekte Kulturmagazin 23.45 heute+ Nachrichten 0.00 NEO Magazin Royale mit Jan Böhrermann 0.45 Monk	20.15 Big Bounce - Die Trampolinshow Unterhaltungsshow 22.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 23.15 Markus Krebs - Die Show Unterhaltung 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter	20.15 Paul Panzers Comedy Spieleabend 21.15 Genial daneben 22.20 Knallerfrauen Comedy 22.45 Knallerfrauen Comedy 23.20 Sechserpack Comedy 23.45 Sechserpack Comedy 0.20 Paul Panzers Comedy Spieleabend	20.15 Terminator - Die Erlösung Sci-Fi-Film, USA '09. Mit C. Bale 22.30 Red Dawn Actionfilm, USA '12. Mit Chris Hemsworth 0.20 Terminator - Die Erlösung Sci-Fi-Film, USA '09. Mit C. Bale	20.15 Der Staatsfeind Nr. 1 Actionfilm, USA '98 22.55 Sin City 2 - A Dame To Kill For Thriller, USA '14. Mit J. Alba 1.00 Freddy Vs. Jason Horrorfilm, USA '03 2.35 Der Staatsfeind Nr. 1 Actionfilm, USA '98
--	---	---	--	--	--	--	--	--	--	---	---

ARD 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 Hautnah: Die Tierklinik 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Law & Order: Special Victims Unit 21.15 Law & Order: Special Victims Unit 22.10 Law & Order: Special Victims Unit 23.05 Law & Order: Special Victims Unit 0.00 Nachrichten	ARD 16.00 Navy CIS 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Navy CIS 21.20 Navy CIS: New Orleans 22.20 The Mentalist 23.20 The Mentalist 0.15 The Mentalist 1.10 kabel eins late news	ZDF 18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 Lust auf Norden 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 die nordstory - Touristenziel Hamburg 21.15 24-Stunden-Ki-tas 21.45 NDR/Aktuell 22.00 NDR Talk Show 0.00 Inas Nacht 1.00 NDR Talk Show Classics	RTL 17.45 Angelique und die Gorillas, Tierdokumentation 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 falsches Signal - Wie die Bahn beim Gütertransport versagt 21.00 makro: Russlands Rückkehr 21.30 auslandsjournal extra 22.10 ZIB 2 22.35 Mackenna's Gold, Western	SAT.1 18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit Reportage 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Mega-Event Skispringen - Weltcupfeber im Sauerland 21.00 Das Beste aus Alaaf und Helau! 21.45 WDR aktuell 22.00 Kölner Treff 23.30 2. Kölsche Nostalgie-Sitzung	PRO 7 18.30 konkret 18.51 infos & tipps 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Der Staatsanwalt 21.20 Die Bergretter 22.10 ZIB 2 22.35 Euro-millionen 22.45 Titel stand bei Red.-Schluss noch nicht fest	20.15 Die vermisste Frau Kriminalfilm, D '16. Mit Corinna Harfouch 21.45 Tagesthemen 22.00 Tatort: Zahltag 23.30 Sherlock - Sein letzter Schwur 1.00 Nachtmagazin	20.15 Der Staatsanwalt 21.15 Soko Leipzig 22.00 heute-journal 22.30 heute-show 23.00 aspekte Kulturmagazin 23.45 heute+ Nachrichten 0.00 NEO Magazin Royale mit Jan Böhrermann 0.45 Monk	20.15 Big Bounce - Die Trampolinshow Unterhaltungsshow 22.15 Ich bin ein Star - Holt mich hier raus! 23.15 Markus Krebs - Die Show Unterhaltung 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter	20.15 Paul Panzers Comedy Spieleabend 21.15 Genial daneben 22.20 Knallerfrauen Comedy 22.45 Knallerfrauen Comedy 23.20 Sechserpack Comedy 23.45 Sechserpack Comedy 0.20 Paul Panzers Comedy Spieleabend	20.15 Terminator - Die Erlösung Sci-Fi-Film, USA '09. Mit C. Bale 22.30 Red Dawn Actionfilm, USA '12. Mit Chris Hemsworth 0.20 Terminator - Die Erlösung Sci-Fi-Film, USA '09. Mit C. Bale	20.15 Der Staatsfeind Nr. 1 Actionfilm, USA '98 22.55 Sin City 2 - A Dame To Kill For Thriller, USA '14. Mit J. Alba 1.00 Freddy Vs. Jason Horrorfilm, USA '03 2.35 Der Staatsfeind Nr. 1 Actionfilm, USA '98
--	---	---	--	--	--	--	--	--	--	---	---

AKZENT - HOTELS -



Hotline + 49 53 21 / 75 91 40 Fax · + 49 53 21 / 75 91 49 · Spitalstraße 1 · D-38640 Goslar · www.akzent.de · info@akzent.de

Pinterest · google+ · Facebook · Instagram · flickr



Werden Sie unser

AKZENT Stammgast

... und profitieren Sie von unschlagbaren Raten und unserem **Stammgastvorteil in Höhe von 5 €**.

Ihre Treue belohnen wir!

Ihren **AKZENT**-Stammgastcode erhalten Sie bei Abreise in einem unserer **AKZENT** Hotels. Danach können Sie direkt von den Vorteilen profitieren!

Wir wünschen Ihnen einen guten Aufenthalt in einem unserer **AKZENT** Hotels und viel Spaß mit der **AKZENT** Stammgastkarte!

Wie?

Fragen Sie unser freundliches **Rezeptions-Team!**

