

Mit TV Programm vom 02.10.2021 - 29.10.2021

-Deutschland's Wälder-



Herbstzeit ist Kürbiszeit



Minimalistisch Leben



Silvester in den AKZENT Hotels



Gewinnen Sie 2 Übernachtungen im AKZENT Hotel „Krone“ in Helmstadt



Ihr Gewinn

Inmitten einer bezaubernden Landschaft die geprägt ist von klaren Flüssen, tiefen Tälern, weitläufigen Wiesen und uralten Weinbergen finden Erholungssuchende ein Ort, der fränkische Tradition und modernen Komfort miteinander in den Einklang bringt: das **AKZENT** Hotel Krone in Helmstadt. Gewinnen Sie mit etwas Glück eine Übernachtung für zwei Personen und verbringen Sie entspannte Tage im fränkischen Weinland.

Dass sich das **AKZENT** Hotel Krone der Tradition verschrieben hat, merkt man nicht nur an der herzlichen, fränkischen Gastfreundschaft sondern spiegelt sich auch in der Einrichtung des Hauses wieder. In den insgesamt 22 Doppel- und 4 Einzelzimmern trifft traditioneller gemütlicher Landhausstil auf modernen Komfort. Liebevoller Details sowie eine hochwertige Einrichtung in den Zimmer sorgen für einen Aufenthalt mit Wohlfühlcharakter.

Das **AKZENT** Hotel Krone ist der perfekte Ausgangspunkt um die Metropole Würzburg zu erkunden und sich auf die Spuren der barocken Epoche zu begeben. Die Stadt gilt nicht nur bei ihren 130.000 Einwohnern als einer der lebenswertesten Städte Deutschlands. Direkt am Main gelegen bietet Würzburg von allem etwas: eine lebendige Altstadt mit vielen Cafés und Boutiquen, barockes Sightseeing mit der Festung Marienberg und eine spektakuläre Lage inmitten von Weinbergen.

griech. Vorsilbe für: lang..., groß			un-gebunden						
Nebenfluss der Isère			amerikan. Regisseur †						
oliv-grüner Papagei		6							
kurze Reise, Ausflug			Spalte, kleine Furche		7				
Segeltau auf Schiffen	selten			eh. äthiop. Fürst			Stadt westl. v. Cottbus	mittelschmelle Pferdegangart	
	Ringelwurm			Lastwagen (Abk.)			sehr feucht		
8		3	Heilpflanze (Inula)				4		
			Buchstabenfolge						
hell, durchsichtig									
		2		schwedische Dynastie		1			
Porzellanstadt						PC-Anschluss (Abk.)			
undichte Stelle									5





AKZENT Hotel ★★★
Gasthof Krone

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



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

Spielregeln

Gewinnen Sie zwei Übernachtungen inkl. Frühstück, im Doppelzimmer im **AKZENT** Hotel Krone in Helmstadt! Senden Sie Ihre Lösung bis zum 29.10.2021 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	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

Viel Glück!

Liebe Leserinnen und Leser,

schneller als gedacht ist er auch schon da – der Herbst. In der Ausgabe des „Goldenen Oktobers“ dreht sich alles um die bunte Jahreszeit, in der die Tage kürzer und die Nächte länger werden. Mit welchen Aktivitäten und Rezepten Sie den Herbstanfang so richtig genießen können, erfahren Sie wie immer auf den nachfolgenden Seiten.

Passend zum Herbst, ist das Titelthema der aktuellen Ausgabe Deutschlands Wälder, welche sich langsam in die wunderschönen warmen Rot-, Orange- und Gelbtöne färben. Über ein Drittel der Fläche Deutschlands ist mit Wald bedeckt und lohnt sich besonders zu dieser Jahreszeit entdeckt zu werden. Für kalte und verregnete Tage haben wir für Sie leckere Rezepte rund um den Kürbis, um die Schlechtwetterlaune zu vertreiben.

Außerdem – so wie sich Tiere im Herbst auf den Winterschlaf vorbereiten, so können wir uns diesen Herbst hoffentlich auf das Gegenteil vorbereiten. Denn die Hoffnung, dass dieses Jahr Silvester endlich wieder in einem etwas größerem Rahmen und außerhalb der eigenen Vierwände stattfinden kann ist da. Falls Sie noch Inspirationen brauchen für den perfekten Start ins neue Jahr, haben wir für Sie ein paar Ideen ab Seite 18.

Ansonsten wünschen Wir Ihnen wie immer, viel Spaß beim Lesen und inspirieren lassen.

M. Gärding

Ihre Meike Gründing



12 | Von Suppe bis Kuchen:
Herbstzeit ist Kürbiszeit

Inhaltsverzeichnis

2

Rätsel

Kreuzwörterrätsel mit tollen Preisen

Lifestyle

Tipps für ein minimalistisches Leben

16

4

Sport & Outdoor

Deutschlands Wälder

AKZENT Aktuell

Silvester in den AKZENT Hotels

18

9

Verschiedenes

Wissenwertes

Verschiedenes

Das passiert im Oktober

22

10

Hotelpotrait

AKZENT Hotel Residence

Fernsehprogramm

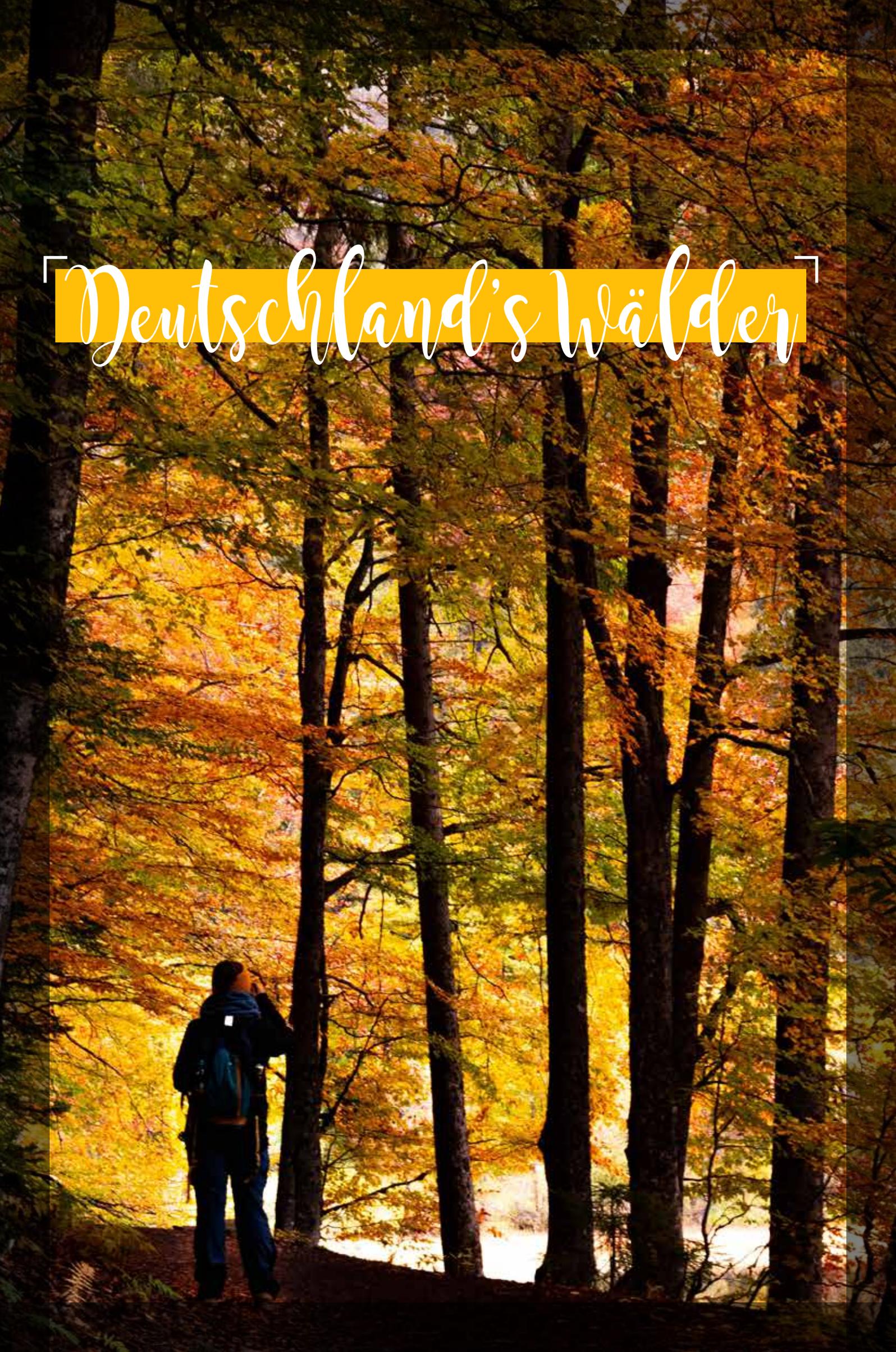
Vom 02. Oktober bis 29. Oktober 2021

22

12

Essen & Trinken

Von Suppe bis Kuchen: Herbstzeit ist Kürbiszeit

A person wearing a dark jacket and a backpack is seen from behind, standing on a forest path. The forest is filled with tall trees whose leaves are in various stages of autumn, showing shades of green, yellow, and orange. The lighting is soft, suggesting a late afternoon or early morning setting. The overall mood is peaceful and scenic.

Deutschland's Wälder

ZWISCHEN URLAUBSZIEL UND MYTHOS

Wälder prägen, wie keine andere Landschaftsform, das Erscheinungsbild Deutschlands. Kein Wunder, denn schließlich ist etwa ein Drittel von Deutschland's Fläche mit Wald bedeckt. Der Schwarzwald, der Pfälzer- oder der Teutoburgerwald sind nicht nur beliebte Ausflugsziele und Touristenmagneten, sondern auch Orte von Mythen, Legenden und historischen Ereignissen. Seit jeher übt der, je nach Epoche düstere oder freundliche, Wald eine ganz bestimmte Faszination auf uns Menschen aus und ist, dank Märchen, Sagen und Geschichten, auch so etwas wie ein lebendiges Kulturgut.



DER NEUESTE TREND: WALDBADEN!

Im Wald baden? Die Idee stammt aus Japan und nennt sich dort „Shinrin Yoku“. Der Begriff bezeichnet dabei das bewusste Wahrnehmen des eigenen Körpers in der Natur, aber auch die Wahrnehmung der Natur selbst. An japanischen Universitäten wurde sogar der Forschungszweig „Waldmedizin“ gegründet und das regelmäßige Waldbaden wird in Japan vom Arzt als Therapie verschrieben, um Stress zu mindern und das eigene Wohlbefinden zu erhöhen. Und jeder von uns kennt wohl das wohlige Gefühl, das uns überkommt, wenn wir einen Wald betreten und unsere Umgebung mit allen Sinne bewusst wahrnehmen: den Duft nach Holz und Moos, die Stille, welche nur von dem leisen Rascheln der Baumkronen gebrochen wird, der weiche Waldboden und die tiefen, grünen Farben, die dem Auge guttun.

Dem Trend des „Waldbadens“ lässt sich auch in der Nähe des **AKZENT** Hotels Meerfräulein in Wemding nachgehen. In der Nähe des Wemdinger Waldsee findet man nämlich eine echte Oase der Ruhe: auf einer Waldlichtung wartet eine Liegebank für zwei Personen. Entspannt gebettet kann man den Wald in vollen Zügen genießen und auf sich wirken lassen. Die Platzwahl war dabei nicht willkürlich – der Bereich wurde von der bayerischen Forstverwaltung offiziell als „Wald mit besonderer Bedeutung für Erholung“ ausgewiesen.



Ihre Gastgeber
Familie Meyer

AKZENT Hotel ★★★
Meerfräulein

Wallfahrtsstraße 1
86650 Wemding

Telefon: 09092 96940

Email: info@meerfraeulein.de

www.meerfraeulein.de



VON GERMANEN, RÖMERN UND FABELWESEN

Die Germanen verehrten verschiedene Gottheiten und Bäume, die sie als Sitz der Götter ansahen. So sollte in der Linde die Liebesgöttin Freya wohnen und die Eiche war dem Donnergott Thor gewidmet. Wirklich in das Bildnis, des „wilden Waldvolks“ wurden die Germanen allerdings eher von den Römern gedrängt. Denn der altrömische Historiker Cornelius Tacitus beschrieb die germanischen Wälder schon um 100 Jahre nach Christus als schauerlich und legte damit den Grundstein für den Mythos des düsteren germanischen Waldes. In seinem verfassten Werk „Germania“ erzählte der Römer von den Urwäldern des germanischen Nordens und zeichnete den Mythos eines wilden, unzivilisierten Volkes, das vor allem aber eher die römische Stadtbevölkerung beeindrucken sollte. Lange war sein Werk verschollen und tauchte erst 15. Jahrhundert auf. Im Zeitalter der Romantik wurden Tacitus Dokumente dann als historische Quelle wahrgenommen und von zum Beispiel den Gebrüder Grimm in ihren Märchen aufgegriffen.

Auch die Christianisierung durch die Römer, in deren Zuge von den Heiden verehrte Bäume und Haine gefällt wurden, trugen dazu bei, dass der Wald oft als böses und sündhaftes in den Köpfen der Menschen blieb. Im Mittelalter glaubten die Menschen vor allem, dass Dämonen und schaurige Fabelwesen in den Wäldern zu Hause wären. Im Laufe des 19. Jahrhundert, also der späten Romantik, änderte sich das Image des Waldes langsam. Immer mehr galt der Wald als ein Ort zum Erholen und wurde von Dichtern, Poeten und Malern als heile Welt romantisiert. Auch heute gelten die deutschen Wälder als schützenswerte Naherholungsgebiete und bieten vielen heimischen Tier- und Pflanzenarten Lebensraum.





AKZENT Hotel ★★★
Schranne

Schrannenplatz 6
91541 Rothenburg ob der Tauber
Telefon: 09861 955 00
Email: info@hotel-schranne.de
www.hotel-schranne.de



AKZENT Hotel ★★★★★
Bayerwald-Residenz

Bayerwaldstr. 2 a
94362 Neukirchen
Telefon: 09961 94 29 40
Email: info@hotel-bayerwaldresidenz.de
www.hotel-bayerwaldresidenz.de



AKZENT Hotel ★★★
Alpenrose

Jupiterstr. 9
87484 Nesselwang
Telefon: 08361 9204 0
Email: info@alpenrose.de
www.alpenrose.de



AKZENT Hotel ★★★
Landgasthof Murrer

Passauerstr. 1
94330 Aiterhofen
Telefon: 09421 99 43 0
Email: info@murrerhof.de
www.murrerhof.de



UNBERÜHRTE NATUR: DER BAYRISCHE WALD

Der bayrische Wald ist der älteste, deutsche Nationalpark und steht bereits seit 1970 unter Naturschutz. Der Wald konnte also seit etwa 50 Jahren weitestgehend geschützt von menschlicher Hand wachsen und gedeihen. Zwischen dichten Buchen, Fichten- und Tannenwäldern lockt der bayrische Wald auch mit hohen Gipfeln, die, nachdem Erklimmen mit beeindruckenden Aussichten belohnen. Einer der bekanntesten Wanderwege, die Besucher rund 660 Kilometer durch den bayrischen Wald führen, ist der Goldsteig.

Neben dem Rennsteig zählt der Goldsteig zu den beliebtesten Fernwanderwegen Deutschlands. Mit über 600 km ist er der längste und abwechslungsreichste Wanderweg des Landes. Der Startpunkt der Wanderung liegt in Martkredwitz im Oberpfälzer Wald und schlängelt sich durch den bayrischen Wald bis nach Passau. Der Goldsteig kann in zwei verschiedenen Routen erwandert werden. Die Südroute eignet sich auch für Anfänger, die etwas längere Nordroute dagegen nur etwas für geübte Wanderer, denn hier gilt es die 1000er Gipfel des bayrischen Waldes zu bezwingen.

„AND INTO THE
TO LOSE MY MIND F



DER BEKANNTESTE: SCHWARZWALD

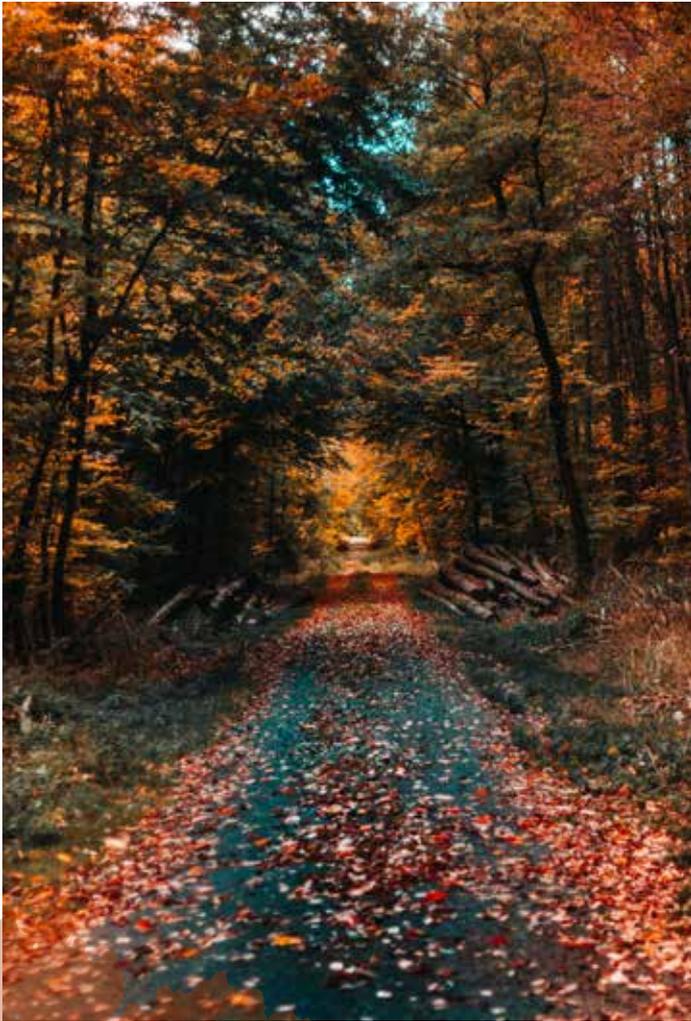
Immergrüner Wald, durchzogen von malerischen Dörfern, in denen nicht nur Erholung in den anerkannten Heilbädern großgeschrieben wird, sondern auch die berühmten Kuckucksuhren traditionell gefertigt werden und die Schwarzwälder Kirschtorte erfunden wurde. Der Schwarzwald ist besonders im Ausland, wohl der bekannteste Wald des Landes. Im Südwesten an der Grenze zur Frankreich gelegen, ist der Wald seit 2014 als Nationalpark geschützt und beeindruckt vor allem durch seine alten Tannenbestände und Moore.

Vielfältige Naturlandschaften zwischen dichten Wäldern, grünen Tälern und urigen Mooren locken viele Gäste in die Urlaubsregionen rund um den Schwarzwald, der sich natürlich am besten auf einer der unzähligen Wanderwege entdecken lässt. Besonders beliebtes Ausflugsziel sind die Triberger Wasserfälle. Über 160 Meter stürzt sich hier das Wasser, in grüner Waldkulisse in die Tiefe. Damit sind die Triberger Wasserfälle nicht nur die höchsten Deutschlands, sondern auch ein echtes Naturschauspiel. Die Wasserfälle sind ganzjährig begehbar und bieten auch im Winter eine beeindruckende Kulisse.

E FOREST I GO,
AND FIND MY SOUL."

 <p>Ihre Gastgeber Familie Wasmer-Mink</p>	AKZENT Hotel ★★★ Lawine Fahl 7 79674 Todtnau-Fahl Telefon: 07676 93330 Email: hotel@lawine.de www.lawine.de	
 <p>Ihre Gastgeber Familie Gronbach-Beck</p>	AKZENT Hotel ★★★★★ Atrium Baden Blauenstraße 4-6 79189 Bad Krozingen Telefon: 07633 92660 Email: info@atrium-baden.com www.atrium-baden.com	
 <p>Ihre Gastgeber Familie Kaltenbach</p>	AKZENT Hotel Kaltenbach Oberort 3 78141 Schönwald Telefon: 07722-9635-0 Email: info@hotel-kaltenbach.com www.Hotel-Kaltenbach.com	
 <p>Ihre Gastgeber Herr Hempel</p>	AKZENT Hotel ★★★ Torgauer Hof Hirsauer Straße 10 71063 Sindelfingen Telefon: 07031 93000 Email: info@torgauer-hof.de www.torgauer-hof.de	
 <p>Ihre Gastgeber Familie Wegener</p>	AKZENT Hotel Möhringer Hof Hechinger Straße 64-68 70567 Stuttgart Telefon: 0711 71 97 00 Email: info@hotel-moehringerhof.de www.hotel-moehringerhof.de	





GESCHICHTSTRÄCHTIG: DER TEUTOBURGER WALD

Der idyllische Teutoburger Wald erstreckt sich zwischen Niedersachsen und Nordrhein-Westfalen und ist nicht nur für Naturliebhaber, sondern auch Geschichtsinteressierte einen Ausflug wert. Denn mitten in den Tiefen des Teutoburger Walds soll vor ca. 2.000 Jahren die sogenannte Varusschlacht stattgefunden haben. In dem legendären Kampf trafen Römer und die heidnischen Germanen aufeinander. Dabei lockten die Germanen die übermächtigen Truppen der Römer in einen Hinterhalt und trugen so den Sieg davon. Den antiken Überlieferungen zufolge dauerten die Kämpfe einige Tage und erstreckten sich über mehrere Orte- einer dieser soll in Kalkriese gewesen sein, wo sich Besucher heute im Museum auf dem Ausgrabungsgelände sich auf die Spuren von Römer und Germanen begeben können.

Ein weiteres beliebtes Ausflugsziel im Teutoburger Wald sind die sogenannten „Externsteine“. Die 13 bizarren Kreidesandsteinfelsen mit einer Höhe von etwa 40 Metern ragen fast plötzlich aus der bewaldeten Umgebung heraus. Die Sandsteine sind vermutlich um die 70 Millionen Jahre alt und werden und um sie ranken sich zahllose Mythen. Das Alter und die ursprüngliche Funktion der Anlagen sind bis heute umstritten. Bereits im 16. Jh. wurde die Vermutung geäußert, dass an den Externsteinen ein heidnisches Heiligtum in eine christliche Stätte umgewandelt wurde. Auch heute noch wird die Ansicht vertreten, die Externsteine seien in keltischer oder germanischer Zeit ein bedeutendes Heiligtum gewesen. Besonders spannend: Besucher können über zwei verschiedene Routen die Felsen erklimmen und von oben einen Panoramaausblick auf den Teutoburger Wald genießen.



AKZENT Hotel ★★★★★ 
Saltenhof
 Kreimershoek 71
 48477 Hörstel-Bevergern
Telefon: 05459 80 50 00
Email: info@saltenhof.de
www.saltenhof.de



AKZENT Hotel ★★★★★
Haus Surendorff
 Dinglingsweg 1
 49565 Bramsche
Telefon: 05461 9 30 20
Email: info@hotelsurendorff.de
www.hotelsurendorff.de



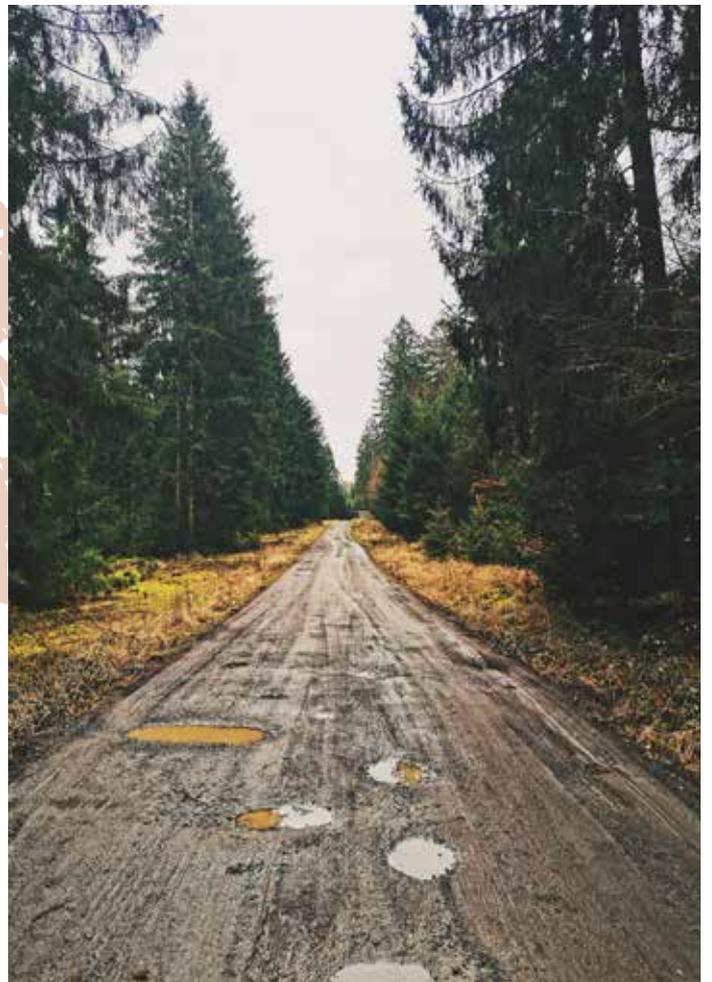
AKZENT Hotel ★★★
Hubertus
 Westerhausener Straße 50
 49324 Melle
Telefon: 05422 9 82 90
Email: info@hubertus-melle.de
www.hubertus-melle.de



AKZENT Hotel ★★★★★
Altenberge
 Eisenbahnstraße 2
 48341 Altenberge
Telefon: 0049 2505 9390 80
Email: info@lindenhotel-altenberge.de
www.lindenhotel-altenberge.de



AKZENT Hotel
Stadt Bremen
 Lange Straße 13
 37688 Beverungen
Telefon: 05273 9030
Email: info@hotel-stadt-bremen.de
www.hotel-stadt-bremen.de



WISSENSWERTE FAKTEN!

Man bezeichnet sie auch gerne als grüne Lungen: klar, die Rede ist hier vom Wald! Auch ein knappes Drittel von Deutschland ist mit Wäldern bedeckt und ist somit einer der walddreichsten Länder Europas. Aber wo wächst der größte Wald, wo steht der höchste Baum der Welt und wie viel Sauerstoff produziert ein Wald?

WUSSTEST DU, DASS...

TIERE

... von den etwa 1,8 Millionen beschriebenen Tier- und Pflanzenarten auf der Erde nach Angaben der Umweltorganisation WWF etwa zwei Drittel im Wald leben. Wälder sind damit die artenreichsten Lebensräume überhaupt.

ÜBERLEBEN

... der Wald unser Überleben sichert, denn er produziert unseren Sauerstoff und speichert etwa die Hälfte des auf der Erde gebundenen Kohlenstoffs. Waldgebiete funktionieren außerdem wie Klimaanlage und reduzieren die Temperaturen. Ein intakter Wald speichert zudem Wasser und kann sogar so vor Überschwemmungen und Erosionen schützen.

BUGHE

... eine einzelne alte Buche etwa 1,7 kg Sauerstoff produziert ? Das entspricht dem Bedarf von drei Menschen. Ein Hektar Nadelwald produziert sogar noch mehr von dem überlebenswichtigen Stoff nämlich um die 30 Tonnen im Jahr!

EISZEIT

... manche Wurzelgebilde von Bäumen stammen aus längst vergessenen Zeitaltern aus der Eiszeit? Dabei verwenden die Pflanzen einen ganz besonderen Trick: aus den uralten Wurzeln sprießen immer wieder neue, genetisch identische Bäume. Kalifornische Wissenschaftler haben einen Busch gefunden, der sich seit 13.000 Jahren selbst kloniert.

REKORD

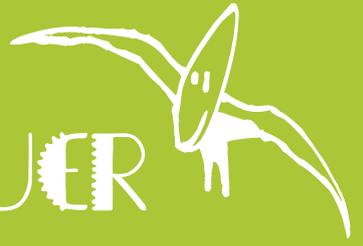
... der ältesten Baum von schwedische Forscher auf einem Berg in der Mitte des Landes entdeckt wurde? Hierbei handelt es sich um eine kleine Fichte, die vermutlich 9550 Jahre alt ist. Der höchste Baum der Welt steht im Redwood National Park in Kalifornien. Der Küstenmammutbaum "Hyperion" mit 115,5 Meter Wuchshöhe gilt als Rekordhalter!





© Saurierpark_photodesign Amador; Constanze Sarfert

ABENTEUER FÜR GROSS UND KLEIN



AKZENT Hotel Residence in der Oberlausitz



© Saurierpark_Tobias Ritz

Bizarre Felsformationen, jahrhundertealte Festungen und eine lebendige Kultur – die Rede ist hier vom Freistaat Sachsen, der mit Publikumsmagneten wie der Sächsischen Schweiz und Dresden jedes Jahr Naturfreunde und Kulturinteressierte gleichermaßen begeistert. Ob auf rund 100 Kilometern markiertem Wegenetz durch faszinierende Naturlandschaften oder bei einer Tour zu Sehenswürdigkeiten wie der Semperoper und der Frauenkirche: ein Besuch in Sachsen lohnt sich! Der perfekte Ausgangspunkt um die vielfältigen Ausflugsziele Sachsens zu entdecken ist das **AKZENT** Hotel Residence in der Oberlausitz.



© Saurierpark_Tobias Ritz

Geschichtsträchtige Stadt und familiäre Atmosphäre

Schon der Weg zum Hotel lässt Gäste die Reize der über 1000-jährigen Stadt erahnen. Über die Dächer der Bautzener Altstadt und die durchfließende Spree genießen Übernachtungsgäste im familiengeführten **AKZENT** Hotel Residence den direkten Blick auf die erhaltene Stadtmauer mit deren Burg und Wasserturm. Aber nicht nur der Ausblick ist die Reise nach Bautzen wert, auch die modernen, geräumigen und stilvoll eingerichteten Zimmer des **AKZENT** Hotels Residence laden zum Entspannen ein. Insgesamt stehen den Urlaubern 30 verschiedene Zimmer mit Einzel-, Doppel- und Familienbelegung zur Verfügung. Für das leibliche Wohl während des Aufenthalts sorgt das hoteleigene Restaurant, welches gut-bürgerliche und regionale Gerichte aufischt.

Gut gestärkt, darf ein Altstadttrundgang durch Bautzen bei einem Urlaub in der Oberlausitz nicht fehlen. Die tausend Jahre alte Stadt gilt als einer der schönsten in Sachsen und wird auch gerne mal als „Stadt der Türme“ bezeichnet. Kein Wunder, denn die vielen verschiedenen Türme wie der Wasserturm, die Mühlbastei oder die alten Burg- und Wachtürme prägen das Stadtbild. Neben den historischen Mauern ist die Geschichte der Stadt vor allem auch durch die Sorben geprägt, die seit mehr als 1.500 Jahren in Bautzen leben.



© Saurierpark_Tobias Ritz

Das kleine, slawische Volk bereichert den Ort mit seiner Sprache und Kultur sowie mit zahlreichen kulinarischen Spezialitäten. Etwa fünf bis zehn Prozent der Bevölkerung Bautzens zählen zu den Sorben, daher sind auch Straßen- und Ortsschilder in der Region zweisprachig. Wer mehr über die Kultur der Sorben erfahren möchte, der sollte das Sorbische Museum besuchen oder sich eine Aufführung im Deutsch-Sorbisches Theater anschauen. Apropos kulinarische Spezialitäten: ist man in Bautzen, sollte man natürlich auch den berühmten Bautzener Senf kosten. In den verschiedenen Senfläden in der Innenstadt erhält man zahlreiche verschiedene Sorten oder man probiert sich im Restaurant "Bautzner Senfstube" durch die Speisekarte.



© Saurierpark_Tobias Ritz

Ausflug in die Urzeit: Saurierpark in Kleinwelka

Nur eine kurze Fahrt vom **AKZENT** Hotel Residence entfernt erwartet Urlauber ein ganz besonderes Abenteuer, bei dem auch die kleinen Besucher auf ihre Kosten kommen. Im Saurierpark leben über 200 Urzeitriesen und nehmen die großen und kleinen Besucher mit auf eine spannende Abenteuerreise in die Vergangenheit.

Einmal dem riesigen Brachiosaurus gegenüberstehen oder dem furchterregenden T-Rex ins weit geöffnete Maul schauen: die lebensgroßen und täuschend echt wirkenden Dinosaurier ziehen Abenteuerer in den Bann. Der Saurierpark führt Besucher dank abwechslungsreicher Attraktionen durch das Zeitalter der Dinosaurier – von den Anfängen im Zeitalter „Perm“ über die Unterwasserwelt im Jura bis zum Aussterben der Urzeit-Giganten am Ende der Kreidezeit.

Neben den Dinosauriern gibt es im Park allerdings noch einige andere Attraktionen zu entdecken. Hobbyforscher und zukünftige Archäologen können an der Ausgrabungsstätte nach Saurierzähnen suchen, mutige Abenteuerer den Kletterwald im Herzen des Saurierparks bezwingen oder gar eine Fahrt ins Erdinnere unternehmen. Übersichtliche Infotafeln verraten mehr über das Leben der Urzeitechsen.



© Saurierpark_Tobias Ritz

	AKZENT Hotel ★★★ Residence	
	Wilthener Straße 32 02625 Bautzen Telefon: 03591 27 95 75 Email: info@bautzen-hotels.de www.bautzen-hotels.de	
Ihre Gastgeber Familie Schreier Pfützner		

KLASSE FÜR SICH!*

© Shutterstock - stock.adobe.com



Von Suppe bis Kuchen: Herbszeit ist Kürbiszeit!

Hokkaido, Butternut und Co

Eigentlich gibt es viele verschiedene Kürbisarten – sogar hundert, aber bei uns in den heimischen Supermarktregalen findet man üblicherweise nur drei verschiedene Sorten: Hokkaido, Butternut und Muskat. Der Hokkaido landet dabei am häufigsten in unserer Küche. Das mag auch daran liegen, dass der Hokkaido eben genauso aussieht, wie man sich so einen Kürbis vorstellt. Er ist rund, mittelgroß, leuchtend orange und sieht gekocht wie gebacken richtig appetitlich aus. Ein weiterer Vorteil des Hokkaidos ist, dass man ihn nicht schälen muss. Die Schale des Hokkaidos ist nämlich im Gegensatz zu anderen Kürbissorten relativ weich und lässt sich so einfach mitkochen. Daher eignet sich der Hokkaido besonders gut für Suppen und Aufläufe. Nummer Zwei der beliebtesten Kürbissorten ist der Butternut. Wie sein Name schon verrät hat er einen weichen, buttrigen Geschmack und schmeckt besonders geröstet aus dem Ofen gut. Der Butternut Kürbis ist eher länglich geformt und hat eine gelbliche Färbung. Der Dritte im Bunde ist der Muskatkürbis. Ihn erkennt man an seiner zwar runden, aber im Gegensatz zum Hokkaido eher flachen Form. Der Muskatkürbis kann grün, braun oder orange gefärbt sein und ist ein echtes Schwergewicht, denn er kann bis zu 40 kg wiegen. Da seine Schale sehr hart ist und daher eine lange Garzeit hat, sollte man den Muskatkürbis vor der Weiterverarbeitung lieber schälen.

Die Tage werden kürzer, das Wetter schlechter, aber es gibt auch einen Grund zur Freude: endlich findet man wieder verschiedene Kürbissorten im Supermarktregal. Kürbisse sind in der Küche vielseitig einsetzbar. Ob klassisch als Suppe, ganz herzwärmend aus dem Ofen oder als süße Leckerei – Kürbis Rezepte machen glücklich!

Tipps zum Kauf und Lagerung der orangen Frucht

Egal ob Hokkaido, Butternut oder Muskatkürbis – richtig zubereitet sind sie alle ein echter Gaumenschmaus. Aber wann sollte man Kürbis am Besten kaufen, wie lagern und wie erkennt man ob er reif ist? Die Kürbiszeit beginnt in Deutschland Ende August oder September und reicht bis in den April hinein. In dieser Zeit kann man also guten Kürbis kaufen, der auch regional angebaut wurde. Beim Kauf sollte man vor allem darauf achten, dass die Schale des Kürbisses unbeschädigt ist. Denn solange die Schale intakt ist bleibt der Kürbis bei einer kühlen, trockenen und dunklen Lagerung sogar mehrere Monate frisch. Ist die Schale beschädigt sollte man den Kürbis möglichst schnell verarbeiten, da sonst das Innere der Beere schnell anfangen kann zu schimmeln. Angeschnitten hält der Kürbis sich im Kühlschrank ungefähr eine Woche. Ob ein Kürbis reif ist kann man ganz einfach mit dem „Klopfest“ herausfinden. Wenn der Kürbis beim Klopfen hohl klingt ist er auch reif und zum Verzehr geeignet. Ein weiteres Indiz für den abgeschlossenen Reifeprozess ist die Beschaffenheit des Stiels. Ist er nicht mehr biegsam sind die letzten Nährstoffe bereits in das Innere des Kürbis gewandert.

Der Kürbis als Gruseldeko

Kaum wird es Herbst landet der Kürbis nicht nur auf den Tellern, sondern wird kunstvoll geschnitzt auch gerne als Dekoration verwendet. Den Ursprung der seltsamen Laterne findet man in einer irischen Legende. Diese berichtet, dass der Teufel Jack's Seele holen wollte, doch der pfiffige Ire schaffte es das Böse auszutricksen – allerdings nur mit einem Versprechen. Der Teufel versprach Jack, dass er seine Seele nie holen würde. Nach einem langen Leben wurde Jack der Zutritt in den Himmel verwehrt, daher klopfte er in der Hölle an. Doch der Teufel brach sein Versprechen nicht und auch hier fand Jack keinen Einlass. Als Jack sich nun beklagte, dass er in der Dunkelheit nichts sehen konnte, warf ihm der Teufel ein glühendes Stück Kohle zu. Mit einer Rübe, die der Ire in seiner Tasche trug und dem glühenden Stück Kohle bastelte er sich eine Laterne mit der er bis heute durch die Dunkelheit wandert. Deshalb nennt man die Kürbislaternen im Englischen auch "Jack O'Laterns".



Der Klassiker: Kürbissuppe

Nicht nur an kalten Tagen ein Hit! Die Kürbissuppe darf im Herbst auf keinem Speiseplan fehlen. Dank des Kürbisses wird diese Suppe besonders cremig und füllt den Magen.

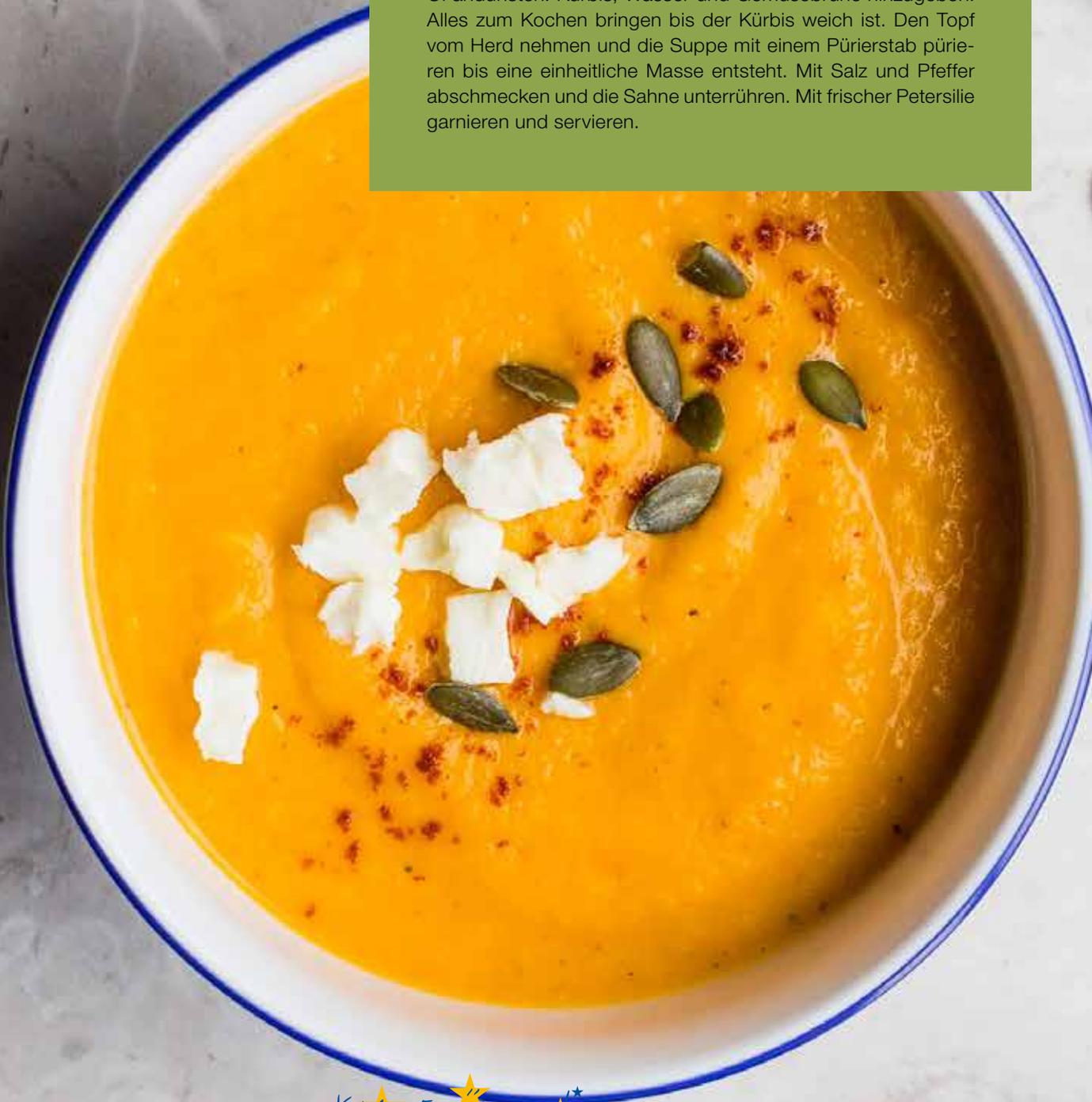
Zutaten:

- 1 großer Kürbis
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 750 ml Gemüsebrühe
- 250 ml Wasser
- 185 ml Sahne
- Salz
- Pfeffer



Zubereitung:

Den Kürbis schälen und die Kerne entfernen. In gleichmäßige Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauchzehen in grobe Stücke schneiden. In einen großen Topf geben und mit etwas Öl andünsten. Kürbis, Wasser und Gemüsebrühe hinzugeben. Alles zum Kochen bringen bis der Kürbis weich ist. Den Topf vom Herd nehmen und die Suppe mit einem Pürierstab pürieren bis eine einheitliche Masse entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Sahne unterrühren. Mit frischer Petersilie garnieren und servieren.



Echtes Soulfood: Kürbislasagne

An einem grauen, regnerischen Abend im Herbst muss das Essen eben für gute Laune sorgen. Die Kürbislasagne verleiht dem Klassiker einen herbstlichen Touch und ist genau das passende Gericht für die kalte Jahreszeit.

Zutaten:

- 750 g Kürbis
- 100 g Staudensellerie
- 2 Gemüsezwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 500 g passierte Tomaten
- 450ml Milch
- 150 g kräftigen Käse
- 250 g Lasagneblätter
- 300 ml Gemüsebrühe
- etwas Zimt
- frischer Thymian
- 1 EL Butter
- 1 EL Mehl
- Salz
- Pfeffer
- Maskatnuss



Zubereitung:

Den Kürbis schälen, entkernen und in dünne Spalten schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und in Würfel schneiden. Sellerie ebenfalls würfeln. In einer großen Pfanne das Gemüse anbraten und mit etwas Gemüsebrühe ablöschen. Passierte Tomaten dazugeben und etwa 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Zimt und kleingehackten Thymian abschmecken. Für die Bechamelsauce die Butter in einen Topf geben und schmelzen lassen. Das Mehl dazu geben und rühren bis eine cremige Masse entsteht. Milch und etwas Gemüsebrühe hinzugeben. Aufkochen und unter ständigem Rühren einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Den Käse fein reiben und den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Etwas Käse in die Bechamelsauce rühren und vom Herd nehmen. Den Boden einer Auflaufform mit der Käsesauce bedecken. Dann abwechselnd mit Kürbismischung und Lasagneblättern schichten. Die letzte Schicht mit Käsesauce abschließen, den restlichen Käse drüber streuen und die Lasagne ca. 40 Minuten backen bis der Käse goldgelb ist.



Süße Versuchung: Kürbiskuchen

Harry Potters Lieblingsessen und magisch gut. Dieser Kuchen lässt sich auch super einen Tag vorher zubereiten.

Zutaten für den Teig:

- 200 g Mehl
- 1TL Backpulver
- 75 g Rohrzucker
- 100 g Butter
- 1 Eigelb
- 2 EL Zitronensaft

Zutaten für die Füllung:

- 700 g Kürbis
- 180 g Rohrzucker
- 1 TL Zimt
- 1/2 TL Ingwer
- 3 Eier
- 1 Paket Frischkäse

Zubereitung:

Alle Zutaten für den Teig zusammenmixen bis eine Art Mürbeteig entsteht. Den Teig in Frischhaltefolie verpacken und 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. In der Zwischenzeit die Füllung zubereiten. Kürbis schälen, in kleine Stücke schneiden und kochen. Wenn der Kürbis weich ist pürieren und mit den anderen Zutaten zu einer glatten Masse verrühren. Den Teig in eine Kuchenform pressen und die Füllung darüber geben. Für ca. 60 bis 70 Minuten bei 175°C backen.



Mach dein Leben leichter!

Tipps für einen minimalistischen Lebensstil

>> Man soll weder annehmen noch besitzen, was man nicht wirklich zum Leben braucht.<<

Dieses Zitat stammt von Mahatma Ghandi und beschreibt das Konzept des minimalistischen Lebensstils ganz gut. Denn um minimalistisch zu leben, muss man nicht gleich als "Aussteiger*in" in einer Hütte fernab der Zivilisation leben. Auch in einem kleineren Rahmen ist es möglich diesen speziellen Lebensstil umzusetzen.

Weniger macht glücklicher!

Großes Haus, das neueste Smartphone, ein teures Auto: wer viel besitzt, trägt auch viel Verantwortung. Viele Besitztümer sorgen zwar kurzfristig für ein Glücksgefühl, aber führen auch dazu, dass man sich um viel mehr Dinge kümmern und Sorgen machen muss. Beim Minimalismus geht es also darum, sich freiwillig auf das Wesentliche zu beschränken und das eigene Konsumverhalten zu hinterfragen. Der minimalistische Lebensstil zeichnet sich daher vor allem durch einen Verzicht von Dingen aus, die man sich eigentlich leisten könnte. Es wird also eine bewusste Entscheidung getroffen. Dies führt dazu, dass Menschen, die einen minimalistischen Lebensstil praktizieren oftmals zufriedener sind. Sie besitzen nur wenige Dinge, haben dadurch mehr Zeit, mehr Geld und leben oft nachhaltiger.

Spielerisch Minimalismus entdecken

Von jetzt auf gleich auf vieles zu verzichten, fällt den meisten Menschen natürlich schwer. Daher ergibt es Sinn sich spielerisch an den Minimalismus heranzuwagen und sich kleine Ziele zu setzen. Sogar geht natürlich immer leichter, wenn Familie oder Freunde mitziehen. Wie wäre es zum Beispiel mit einer "No-Buy-Challenge"? Wie der Name schon verrät, geht es hierbei darum weniger zu kaufen. Am besten setzt man sich dabei einen zeitlichen Rahmen, zum Beispiel einen Monat. In dem Zeitraum versucht man keine neue Kleidung, Dekoartikel, Spiele oder sonstige Konsumgüter zu kaufen. Was wirklich gebraucht wird wie zum Beispiel Kosmetikartikel die zur Neige gehen und Lebensmitteln sind erlaubt. Auch für das Essen gehen oder bestellen kann man sich hier Grenzen setzen. Dabei geht es darum sich bewusst einzuschränken. Wenn man also normalerweise gerne und viel Essen geht, kann man es sich für den Monat zum Ziel setzen nur einmal auszugehen. So eine Challenge führt dazu, dass man herausfindet, was man alles schon besitzt. In der Zeit kann man sein Kaufverhalten reflektieren und wagt so die ersten Schritte im Minimalismus.



Weniger ist mehr!

Parallel zu der Challenge kann man auch schon anzufangen auszumisten. Kleidung, die man lange nicht mehr getragen hat, kann man Spenden und Dekoartikel an denen man sich schon lange satt gesehen hat an Freunde verschenken. Wer sich nur schwer von Sachen trennen kann, dem hilft vielleicht ein kleiner Kistentrick. Alle Dinge, die schon lange nicht mehr genutzt wurden, werden dabei in Kisten geräumt. Diese wandern dann in den Keller oder Abstellraum. Erst, wenn man etwas davon wirklich vermisst oder benötigt darf man sich diesen einen Gegenstand aus der Kiste hervorholen. Schnell wird man feststellen, dass man nur wenige von den Gegenständen wirklich braucht. Auch diesen Trick kann man zeitlich begrenzen und die nicht vermissten oder gebrauchten Gegenständen am Ende des Zeitraums verschenken.

Von Minimalismus zu mehr Nachhaltigkeit

Sind die Altlasten entsorgt, gilt es auf lange Sicht sich vor allem immer wieder zu fragen "Brauche ich das wirklich"? Das führt zu reflektierten Konsum und Spontankäufe können vermieden werden. Das hilft einem nicht nur sich freier zu fühlen, sondern hilft auch der Umwelt. Den Minimalismus geht auch mit einem nachhaltigen Lebensstil einher. Denn zum Minimalismus gehört auch zu versuchen Dinge zur reparieren oder zu recyceln. Besonders im Modebereich kann man hier dank Minimalismus auch nachhaltiger leben. Denn die Produktion von Kleidung hat sich in den letzten zehn Jahren fast verdoppelt. Im Jahr 2014 wurde mehr als 100 Milliarden neue Kleidungsstücke produziert und im Durchschnitt kaufen die Menschen in Deutschland pro Jahr etwa 60 neue Kleider oder Schuhe – tragen diese aber nur noch halb so lange wie noch vor 15 Jahren. Mit einem minimalistischen Lebensstil läuft man also weniger Gefahr nur etwas zu kaufen, weil es gerade im "Trend" ist.

Erste Schritte zum Minimalismus:

1. Entrümpeln

Kleine Schritte führen hier zum Erfolg! Man kann zum Beispiel mit dem eigenen Schreibtisch anfangen und sich dann langsam einzelne Bereiche wie Küche oder Bad vornehmen.

2. Kluge Kaufentscheidungen

Bevor etwas im Einkaufskorb landet, sollte man sich folgende Fragen stellen: Brauche ich das wirklich? Macht mich dieser Gegenstand auch noch einem Jahr glücklich? Habe ich nicht schon etwas Ähnliches zu Hause?

3. Qualität vor Quantität

Wenn es dann doch zum Konsum oder Kauf kommt, gilt beim Minimalismus Qualität vor Quantität. Lieber etwas mehr Geld ausgeben und in hochwertigere Produkte investieren, die einem dann auch lange Freude bereiten.



© Freepik





Silvester in den
AKZENT Hotels
*Den Jahreswechseln
stilvoll feiern*



© oneinchpunch - Fotolia.com

Viele Menschen haben besonders bei den Feierlichkeiten zum Jahreswechsel hohe Erwartungen, die meistens leider nicht erfüllt werden. Warum also die nicht mal die Party sausen lassen und das neue Jahr mit einer entspannten Auszeit beginnen? Der Jahreswechsel lässt sich auch nutzen um zum Beispiel eine neue Region oder Stadt zu entdecken oder die freien Tage mit einem Wellnesswochenende voll auszukosten, um so mit voller Energie in das neue Jahr zu starten. Klingt super? Dann lieber schnell aktiv werden, denn besonders zu Silvester sind Städtereisen beliebt und die Hotels der **AKZENT** Kooperation schnell ausgebucht. Die Gastgeber in den ausgewählten Hotels erleichtern die Silvesterplanung, denn mit den **AKZENT** Hotel Arrangements erwarten die Gäste echte „Rundum-Sorglos-Pakete“. Damit ist ein guter Rutsch garantiert!

Silvester: alter, heidnischer Brauch

Wie so viele Feste, die wir heutzutage feiern, gehen auch die Feierlichkeiten zum Jahreswechsel auf die Heiden zurück. Als Heiden bezeichneten die Christen damals alle Volksstämme die nicht christlichen Glaubens waren unter anderem zum Beispiel die Germanen. Diese glaubten, dass ihr Kriegsgott Wotan besonders in den dunklen Nächten zwischen den Jahren sein Unwesen treibt. Der 31. Dezember liegt genau in der Mitte der sogenannten „Rauhnächte“ in der er am wenigsten Tageslicht gibt und die Germanen waren sich sicher, dass Wotan, diese Nacht nutze um mit einem Heer von Gespenstern umherzuziehen.

Um Wotan und die Gespenster fern zu halten, feierten die Germanen also ein besonders wildes und lautes Fest. So wurden wahrscheinlich Feuer entzündet und viel Lärm gemacht um die bösen Geister zu vertreiben. Von diesem Kult der Germanen wurde einiges bis zu unserer heutigen Zeit beibehalten. So feiern wir nicht nur immer noch den Jahreswechsel, sondern auch die Tradition der Silvesterknaller und des Feuerwerks gehen wohl darauf zurück. Der beliebte Brauch des Bleigießens stammt dagegen noch von den alten Römern. Dazu wird Blei mithilfe eines Löffels über einer Flamme erhitzt und zum Abkühlen in Wasser gegeben. Dadurch formt es sich zu einer Figur, die bestimmte Bedeutungen haben und die Zukunft voraussagen soll. Ursprünglich handelt es sich beim Bleigießen allerdings nicht um eine Silvestertradition. Viel mehr sollten damit Prognosen für Feldzüge, Ernten oder anderen Ereignisse getroffen werden. Erst im Laufe der Jahre wurde daraus ein beliebtes Partyspiel zum Jahreswechsel.

Entspanntes Silvester in der Lüneburger Heide

Natürlich lässt man auch in der Lüneburger Heide zu Silvester die Korke knallen und Gäste können hier im **AKZENT** Hotel Berlin entweder 3 Nächte oder auch gleich eine ganze Woche entspannen. Für die passende Unterhaltung am Silvesterabend ist gesorgt, denn für seine Gäste stellt das Hotel ein feierliches Programm auf die Beine. Und hat man beim Empfang oder über Musik und Tanz den ein oder anderen Sekt zu viel getrunken ist das auch kein Problem.

Denn mit einem Besuch in der nahegelegenen Jod-Sole-Therme wird jede Katerstimmung vertrieben. Der Eintritt in die Therme ist im Silvester Arrangement des **AKZENT** Hotel Berlins enthalten. Die Therme ist Norddeutschlands größtes Wellness- und Gesundheitsbad und bietet den Erholungssuchenden verschiedene Innen- und Außenbecken, eine großzügige Saunalandschaft und verschiedene weitere Wellnessangebote wie Massagen. Auch ein wenig frische Luft hilft gegen die Kopfschmerzen am nächsten Tag. Hier ist das **AKZENT** Hotel Berlin ebenfalls der passende Ausgangspunkt, denn inmitten der Lüneburger Heide gelegen, finden Besucher hier zahlreiche Möglichkeiten für entspannte Spaziergänge oder ausgedehnte Wanderungen in der einzigartigen Naturlandschaft.



Ihre Gastgeber
Familie Narres

AKZENT Hotel ★★★
Berlin

Alter Wiesenweg 11
29549 Bad Bevensen
Telefon: 05821 50 60
Email: info@hotel-berlin-bad-bevensen.de
www.hotel-berlin-bad-bevensen.de



SILVESTER

Silvester in den Akzent Hotels: Feiern Sie Silvester in gemütlicher Runde. Ein bunter und geselliger Abend mit leckerem Essen, Musik, Tanz und tolle Überraschungen warten auf Sie in Bad Bevensen.

- 3 oder 7 Übernachtungen mit Halbpension
 - bunter und geselliger Silvesterabend mit Empfang
 - kalt/ warmes Buffet
 - Musik, Tanz und Unterhaltungsprogramm
 - 3 oder 7 x kostenfreier & unbegrenzter Eintritt in die Jod-Sole-Therme inkl. Saunalandschaften
- Auch als Feiertagsarrangement mit Weihnachten buchbar.
- 3 Nächte:
Doppelzimmer p.P. ab 339,00 Euro
Einzelzimmer p.P. ab 369,00 Euro
- 7 Nächte:
Doppelzimmer p.P. ab 680,00 Euro
Einzelzimmer p.P. ab 745,00 Euro



Neues Jahr - neues Glück!

Viele Menschen fassen sich gute Vorsätze für das neue Jahr. Dies sind die beliebtesten:

1. Mehr Sport machen
2. Abnehmen
3. Gesünder ernähren
4. weniger Alkohol trinken
5. das Rauchen aufgeben
6. sich mehr Zeit für Familie / Freunde nehmen



Feuerwerk und Eisstockschießen am Bodensee

Am Bodensee verbringen Gäste zum Jahreswechsel fünf oder sieben schöne Nächte im 4-Sterne **AKZENT Hotel Löwen** in Langenargen. Der stimmungsvolle Silvesterabend mit Live-Musik und Tanz ist das jährliche Highlight am Bodensee und wird von einem spektakulären Höhenfeuerwerk gekrönt. Das 3-Gänge-Menü verzückt den Gaumen der Hotelgäste. Das Hotel beschert rund um den feierlichen Abend ein buntes Rahmenprogramm. Dazu gehört das für den Alpenraum traditionelle Eisstockschießen und bei einem geführten Tagesausflug in der Region lernen die Besucher die schönsten Ecken des Bodensees kennen. Natürlich können die Besucher den Bodensee auch auf eigene Faust erkunden. Dick eingemummelt am See entlang schlendern oder sich unter Palmen im Schmetterlingshaus auf der Insel Mainau aufwärmen: das Drei-Länder-Eck bietet auch im Winter zahlreiche Ausflugsmöglichkeiten und spannende Erlebnisse.



AKZENT Hotel ★★★★★ Löwen

Obere Seestraße 4
88085 Langenargen
Telefon: 07543 3010
Email: info@loewen-langenargen.de
www.loewen-langenargen.de



SILVESTER AM BODENSEE

Genießen Sie den Jahreswechsel in gemütlicher Atmosphäre, mit kulinarischen Köstlichkeiten und unserem buntem Rahmenprogramm...

- | | |
|---|---|
| ■ 5 oder 7 Übernachtungen inkl. Frühstück | Buchbar vom 27.12.2021 bis zum 03.01.2022 |
| ■ Halbpension | |
| ■ 3gängiges Menü, Hauptgang zur Wahl | 5 Nächte:
Doppelzimmer p.P. ab 650,00 Euro |
| ■ Silvesterabend mit Menü | |
| ■ Live-Musik und Tanz | 7 Nächte:
Doppelzimmer p.P. ab 835,00 Euro |
| ■ geführter Tagesausflug | |
| ■ traditionelles Eisstockschießen | |

Warum wünschen wir einen "guten Rutsch"?

Die Idee, dass damit das „Rüberrautschen“ vom alten ins neue Jahr gemeint ist, ist ein Irrglaube. Einen möglichen Erklärungsansatz liefert hingegen das hebräische Wort „Rosch“, was so viel wie „Anfang“ bedeutet. Demnach wäre ein „guter Rutsch“ ein „guter Anfang“ des neuen Jahres. Da Hebräisch weltweit gesprochen wird, hat es längst Einfluss auf zahlreiche andere Sprachen dieser Welt genommen – darunter auch auf die deutsche. Mit der Zeit könnte aus dem „Rosch“ eben ein „Rutsch“ geworden sein. Andere Forscher vermuten, dass das Wort „Rutsch“ von dem Wort „Reise“ abgeleitet wurde. Wäre dies der Fall, geht es an Silvester also um eine „gute Reise“ ins neue Jahr.

Mit Leidenschaft ins neue Jahr

Andere Länder, andere Sitten – zum Beispiel mit roter Unterwäsche. Spanische Frauen wählen diese Farbe für ihre Silvester-Dessous, damit das neue Jahr viel Leidenschaft bereithält. Noch besser ist es, rote Unterwäsche zum Jahreswechsel geschenkt zu bekommen. Das verspricht nämlich angeblich die große Liebe fürs kommende Jahr. Wie auch in Spanien tragen Italienerinnen und teilweise auch Italiener zu Silvester gerne rote Unterwäsche, um im neuen Jahr Liebe, Gesundheit, Glück und Leidenschaft zu genießen.



DAS PASSIERT IM Oktober

Vorbereitung auf den Winterschlaf

Viele Tiere bereiten sich im Herbst auf den Winterschlaf vor. Da kann man als Mensch schon mal neidisch werden. Denn wenn die dunkle Jahreszeit beginnt, würden viele von uns wohl am liebsten selber erst im Frühling wieder aufwachen. Das wäre zwar keine gute Idee, aber wir können den Tieren zumindest dabei helfen sicher durch den Winter zu kommen. Mittlerweile sind nämlich viele Gärten viel zu gepflegt und bieten wenig passende Orte in denen Igel und andere Nager überwintern können. Mit wenigen Mitteln, wie zum Beispiel einem umgedrehten Weidenkorb und Holzbrettern, lassen sich leicht Unterschlüpfte bauen. Eichhörnchen kann man mit der Zufütterung von Nüssen im Garten beglücken.



Trick or Treat

Am 31. Oktober feiert man Halloween. Der Brauch diesen Tag mit schauriger Kostümierung wird vor allem in Amerika zelebriert, aber wird auch hierzulande immer beliebter. Süßes oder Saures – so lautet der Spruch den man an Halloween, meist von gruseligen Gestalten wie Geistern oder Dämonen, an der Haustür zu hören bekommt, aber warum? Auch dieser Bestandteil von Halloween geht auf die Kelten zurück. Diese glaubten, dass die Grenze zwischen dem Reich der Toten und Lebenden in der Nacht des 31. Oktober verschwimmt und die Toten an diesem Abend auf der Erde verweilen. Um die bösen Geister gnädig zu stimmen legten sie daher Süßigkeiten an Ihre Haustüren.



Das Erste	ARD	ZDF	RTL	SAT.1	PRO 7	RTL ZWEI					
16.30 Weltspiegel-Reportage 17.00 Tagesschau 17.10 Brisant 17.47 Wetter 17.50 Tagesschau 18.00 Sportschau 18.30 Sportschau 19.57 Lotto 20.00 Tagesschau	16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute Xpress 17.05 Länderspiegel 17.35 plan b 18.05 SOKO Kitzbühel 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Der Bergdoktor	15.45 Der Blaulicht-Report 16.45 Explosiv – Weekend 17.45 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.04 Klima Update 19.05 Life Magazin	17.00 Die Gemeinschaftspraxis 17.30 Die Gemeinschaftspraxis 18.00 Klinik am Südring – Die Intim-Fachärzte 18.55 Klinik am Südring – Die Intim-Fachärzte. Doku-Soap 19.55 Sat.1 Nachrichten	15.15 Die Simpsons 15.45 Two and a Half Men 16.10 Two and a Half Men 16.40 Two and a Half Men 17.05 Mom 17.30 Mom 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.35 Die Simpsons 19.05 Galileo	14.10 Die Schnäppchenhäuser 15.15 Die Schnäppchenhäuser 16.15 „Die Schnäppchenhäuser“ Spezial Ein Fachwerkhaus in Berghausen 18.15 Die Bauretter Doku-Soap	20.15 Wer weiß denn sowas XXL Show. Gäste: Katharina Böhm, Lena Meyer-Landrut, Piet Klocke, Ben Zucker 23.25 Tagesthemen 23.45 Das Wort zum Sonntag 23.50 Inas Nacht Talkshow 0.50 Inas Nacht Talkshow	20.15 Ein starkes Team Sterben auf Probe Krimireihe, D 2021 21.45 Die Chefin Glaube, Liebe, Hoffnung 22.45 heute-journal 23.00 Das aktuelle Sportstudio 0.25 heute Xpress	20.15 Das Supertalent Show. Jury: Ehrlich Brothers, Michael Michalsky, Motsi Mabuse, Riccardo Simonetti. Moderation: Lola Weippert, Chris Tall 22.30 Take Me Out 23.40 Falscher Hase 0.55 Das Supertalent	20.15 Pokémon Meisterdetektiv Pikachu Fantasyfilm, USA/J/GB/CDN 2019. Mit Justice Smith 22.20 Sherlock Holmes Actionfilm, USA/D/GB/AUS 2009 0.55 Assassins – Die Killer Thriller, F/USA 95	20.15 Verblendung Thriller, USA/S/N 2011 Mit Daniel Craig 23.30 Assassin's Creed Abenteuerfilm, USA/F/GB/HK/TWN/MLT/E/CDN 2016. Mit M. Fassbender 1.40 Verblendung Thriller, USA/S/N 2011	20.15 Category 5 Actionfilm, USA 2014. Mit Burt Reynolds. Regie: R. King 22.00 Asteroid – Zerstörung aus dem All Katastrophenfilm, USA 2015 23.45 Die Vulkan-Apokalypse Katastrophenfilm, USA 2011
VOX	VOX	KABEL EINS	NDR	NDR	3sat	3SAT	WDR	WDR	ORF 2	ORF 2	
12.50 Shopping Queen 13.50 Shopping Queen 14.50 Shopping Queen 15.50 Shopping Queen 16.55 Der V.I.P. Hundeprofi 18.00 hundkatzenmaus 19.10 Der Hundeprofi – Rütters Team 20.15 Pearl Harbor Kriegsdrama, USA 2001 23.55 Medical Detectives 0.55 Medical Detectives	12.45 Castle 13.40 Castle 14.35 Castle 15.30 Rosewood 16.25 News 16.40 Rosewood 17.30 Rosewood 18.25 Rosewood 19.15 Rosewood 20.15 Hawaii Five-0 21.15 Hawaii Five-0 22.15 MacGyver 23.15 Lethal Weapon 0.10 Criminal Minds	16.45 WaPo Berlin 17.35 Garten-Docs 18.00 Nordtour 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Wir Kinder der Mauer Dokufilm, D 2021 21.45 Für immer Sommer 90 Tragikomödie, D 2020 23.15 Tatort: Es lebe der Tod Krimireihe, D 2016 0.45 Eiskalte Spur	20.00 Tagesschau 20.15 Eckart von Hirschhausen: Mensch, Erde! 21.00 die feisten: Jetzt! 21.45 Miss Allie: Aus Scheiße wird Gold 22.15 Lisa Catena: Der Panda – Code 22.40 Precht 23.30 Messer im Kopf Drama, D 1978 1.15 lebens.art 2.15 Das aktuelle Sportstudio	16.30 Land und lecker 17.15 Viel für wenig 17.45 Kochen mit Martina und Moritz 18.15 Westart 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Oktoberfest 1900 Historienserie 21.50 Oktoberfest 1900 23.25 Oktoberfest 1900 1.00 Das Duell. Western, USA 2016	19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Zimmer mit Stall – Die Waschbären sind los Komödie, D 2020 21.50 ZIB 22.00 Aufsteirern – Die Show der Volkskultur 23.35 Der Bulle von Tölz Mord im Chor. Krimireihe, D 2000 1.05 Zimmer mit Stall – Die Waschbären sind los Komödie, D 2020						

Samstag, 2. Oktober 2021

ARD Das Erste

16.15 Tagesschau 16.30 Brisant 17.15 Vorwärts immer! Komödie, D 2017 18.44 Gewinnzahlen Dt. Fernsehlotterie 18.45 Tagesschau 18.50 Sportschau 19.35 Bericht aus Berlin 20.00 Tagesschau



20.15 Tatort: Borowski und der gute Mensch Krimireihe, D 2021 21.45 Anne Will Diskussion 22.45 Tagesthemen 23.05 ttt Magazin 23.35 Die Prinzen – 30 Jahre 0.20 Der weiße Äthiopier Drama, D/ETH 2015

ZDF

16.10 heute Xpress 16.15 planet e. 16.45 Bares für Pares – Lieblingsstücke 18.10 Die Lausitz 18.55 Aktion Mensch Gewinner 19.00 heute 19.10 Berlin direkt 19.30 Terra X



20.15 Ella Schön – Land unter Familiendrama, D 2021 21.45 heute-journal 22.00 Auckland Detectives – Tödliche Bucht Enttarnung, Krimireihe, NZ 2021. Mit Kate Elliott 23.30 ZDF-History 0.15 heute Xpress

RTL

15.00 James Bond 007 – Der Hauch des Todes Agentenfilm, GB/USA 1987 17.40 Being James Bond 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell Wetter 19.05 Snackmasters



20.15 James Bond 007 – Skyfall Agentenfilm, USA/GB/TRK 2012 23.05 Fast & Furious 6 Actionfilm, USA/J/E/GB 2013. Mit Vin Diesel 1.35 James Bond 007 – Skyfall Agentenfilm, USA/GB/TRK 2012

SAT.1

13.00 Tourenwagen: DTM 14.55 Fluchtgefahr! 15.55 Pokémon Meisterdetektiv Pikachu Fantasyfilm, USA/J/GB/CDN 2019 17.55 Julia Leischik sucht 18.55 Julia Leischik sucht 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Der Junge muss an die frische Luft Biografie, D 2018 Mit Julius Weckauf 22.20 Ich bin dann mal weg Komödie, D 2015 0.05 Der Junge muss an die frische Luft Biografie, D 2018

PRO 7

15.35 Die Job-Touristen: Wir lernen jetzt was Richtiges Kandidaten: Bülent Ceylan, Riccardo Simonetti, Axel Stein, Simon Gosejohann, Laura Karasek, Jasmin Wagner 17.45 Newstime 17.55 Die Job-Touristen



20.15 Escape Room Horrorfilm, USA/USA 2019. Mit Taylor Russell Regie: Adam Robitel 22.20 Game Night Krimikomödie, USA 2018 Mit Jason Bateman 0.15 Escape Room Horrorfilm, USA/USA 2019

RTL ZWEI

14.10 Die Schnäppchenhäuser – Der Traum vom Eigenheim 15.15 Die Schnäppchenhäuser 16.15 Der Trödeltrupp 17.15 Mein neuer Alter 19.35 Doku-Soap 18.15 GRIP – Das Motormagazin



20.15 Verrückt nach Mary Romantikkomödie, USA 1998. Mit Cameron Diaz 22.35 Dumme und Dummeh Komödie, USA 2014 Mit Jim Carrey 0.45 Happy Gilmore – Ein Champ zum Verlieben Komödie, USA 1996

VOX

12.50 Criminal Intent 13.35 Criminal Intent 14.30 Criminal Intent 15.10 Criminal Intent 17.00 Criminal Intent 17.00 auto mobil 18.10 Die Beet-Brüder 20.15 Kitchen Impossible Show. Best Friends Edition 23.35 Prominent! 0.20 Medical Detectives

KABEL EINS

13.25 Wenn man vom Teufel spricht... Actionkomödie, I/USA 1991 15.25 News 15.35 Zwei bärenstarke Typen. Actionkomödie, I/USA 1983 17.55 Der Prinz aus Zamunda Komödie, USA 1988 20.15 Trucker Babes 22.10 Abenteuer Leben am Sonntag 0.15 Trucker Babes – 400 PS in Frauenhand

NDR

18.00 Unterwegs auf der Luftlinie 18.45 DAS! Kochstudio 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Unsere Elbe Flussgeschichten mit Wolfgang Stumph. Dokufilm, D 2021 21.45 Sportschau 22.05 Kaum zu glauben! 22.50 Sportclub 23.35 Sportclub Story 0.05 Quizduell – Der Olymp

3SAT

20.15 Bornholmer Straße – Die unglaubliche, aber wahre Geschichte von Oberstleutnant Harald Schäfer Drama, D 14 21.45 Walpurgisnacht – Die Mädchen und der Tod (1/2) Thriller, D 19 23.10 Walpurgisnacht – Die Mädchen und der Tod (2/2) Thriller, D 19 0.40 12 heißt: Ich liebe dich Drama, D 07

WDR

18.00 Tiere suchen ein Zuhause 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Westpol 20.00 Tagesschau 20.15 Wunderschön! 21.45 Sportschau 22.15 Zeiglers wunderbare Welt des Fußballs 22.45 Unser Westen 23.30 Immer lustig! Unsere Komiker und Kabarettisten 1.00 Der WDR Kultursommer

ORF 2

19.17 Lotto 6 aus 45 mit Joker 19.30 Zeit im Bild 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Tatort: Borowski und der gute Mensch Krimireihe, D 2021 21.50 ZIB 2 am Sonntag 22.10 Im Zentrum 23.05 Menschen und Mächte 0.00 Verleugnung Drama, GB/USA 2016

ARD Das Erste

16.10 Verrückt nach Meer 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Großstadtrevier 19.45 Wissen vor acht – Zukunft 19.50 Wetter 19.55 Börse 20.00 Tagesschau



20.15 Wildes Deutschland Doku. Der Kaiserstuhl 21.00 Hart aber fair 22.15 Tagesthemen 22.50 Rabiat Reihe. Mieten? Kaufen? Wahnsinn! 23.35 HERStory Reportage-reihe. Wendeman(n)över 0.20 Nachtmagazin

ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Potsdam 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 WISO



20.15 Zurück ans Meer Drama, D 2021 Mit Hannelore Hoger 21.45 heute-journal 22.15 Freies Land Thriller, D 2019 0.15 heute journal update 0.30 Uferfrauen Dokumentarfilm, D 2020

RTL

16.45 RTL Aktuell 17.00 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 RTL Spezial Häme, Hetze, Hass – Der tägliche Angriff aus dem Internet 22.15 RTL Direkt 22.35 Extra Spezial Magazin. Hinter den Kulissen von Greenpeace 23.35 Spiegel TV Magazin 0.10 RTL Nachtjournal

SAT.1

15.00 Auf Streife – Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 K11 18.00 Buchstaben Battle. Show 19.00 Buchstaben Battle 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 The Biggest Loser – Family Power Couples Mit Dr. Christine Theiss 22.45 SAT.1 Reportage Knapp bei Kasse – Letzte Rettung Pfandleihhaus! 23.45 SAT.1 Reportage Wenn Arbeit nicht mehr lohnt 0.45 Lebensretter hautnah

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 Zervakis & Opdenhövel Live. Magazin 22.10 10 Fakten Crime 23.10 Die Job-Touristen: Wir lernen jetzt was Richtiges Show Darüber redet die Welt: Die unfassbarsten TV-Momente 1.30

RTL ZWEI

15.00 Bella Italia – Camping auf Deutsch 16.55 RTLZWEI News 17.05 Waidentorf 18.05 Köln 50667 Doku-Soap. Prinz Charmant 19.05 Berlin – Tag & Nacht Doku-Soap



20.15 Die Wollnys Silvia bekommt Muffensausen! 21.15 Die Wollnys Doku-Soap. „Kampf der Realistars, ich komme!“ 22.15 Bella Italia – Camping auf Deutsch 0.20 Polizei im Einsatz 1.55 exklusiv – Reportage

VOX

15.00 Shopping Queen 16.00 4 Hochzeiten – Von Braut zu Braut 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates – Ein Tisch für zwei 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 Die Höhle der Löwen 22.50 Prominent! Spezial 23.50 vox nachrichten 0.10 Medical Detectives

KABEL EINS

15.50 News 16.00 Navy CIS: L.A. 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal. „Die Wunderlampe“, Tier 18.55 Schrauben, sägen, siegen – Das Duell 20.15 Jagd auf Roter Oktober Thriller, USA 1990 23.20 Die wahre Jagd auf Roter Oktober. Dokufilm, D/F 2021 1.30 Kabel Eins Late News

NDR

18.00 Ländermagazine 18.15 Die Nordreportage 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Die Ernährungs-Docs 21.45 NDR Info 22.00 45 Min 22.45 Kulturjournal 23.15 Als wir träumten Drama, D/F 2015 1.05 Die Ernährungs-Docs

3SAT

19.00 heute 19.18 3sat-Wetter 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Traumhafte Bahnstrecken der Schweiz 21.05 Traumhafte Bahnstrecken der Schweiz 22.00 ZIB 2 22.25 Die Welt jenseits der Stille Dokufilm, D 2021 0.25 Frauen kämpfen für ihr Afghanistan

WDR

18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Lecker an Bord 21.00 Hunde verstehen! 21.45 WDR aktuell 22.15 Unterwegs im Westen 22.45 Ladies Night Classics 23.45 Gefragt – Gejagt 0.30 Gefragt – Gejagt

ORF 2

18.30 Konkret 18.51 infos & tips 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Millionen-Show 21.10 Thema 22.00 ZIB 2 22.30 kulturMontag 23.15 Kochen als Weltanschauung 0.00 Aus dem Archiv

ARD Das Erste

16.10 Verrückt nach Meer 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 WaPo Bodensee 19.45 Wissen vor acht – Natur 19.50 Wetter 19.55 Börse 20.00 Tagesschau



20.15 Die Kanzlei Anwalts-serie. Schattenspiele 21.00 In aller Freundschaft Riss in der Welt 21.45 Report Mainz 22.15 Tagesthemen 22.50 3 nach 9 Talkshow 0.50 Nachtmagazin 1.10 Die Kanzlei

ZDF

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 65 Jahre „Bravo“ – Liebe, Stars und Dr. Sommer Doku 21.00 frontal Magazin 21.45 heute-journal 22.15 Die Anstalt 23.00 Leschs Kosmos 23.30 Markus Lanz 0.45 heute journal update

RTL

16.45 RTL Aktuell 17.00 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare Show 22.15 RTL Direkt 22.35 Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare Show 23.30 Take Me Out 0.40 RTL Nachtjournal

SAT.1

15.00 Auf Streife – Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 K11 18.00 Buchstaben Battle. Show 19.00 Buchstaben Battle 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt Reihe 22.15 akte. Magazin 23.15 Spiegel TV – Reportage Die Davidwache – Alarm auf der Partymeile 0.15 SAT.1 Reportage Letzte Rettung Pfandleihhaus!

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 Independence Day: Wiederkehr Sci-Fi-Film, USA 2016 22.35 Late Night Berlin Show 23.50 How Fake Is Your Love? Show 1.45 Independence Day: Wiederkehr Sci-Fi-Film, USA 2016

RTL ZWEI

15.00 Bella Italia – Camping auf Deutsch 16.55 RTLZWEI News 17.05 Waidentorf 18.05 Köln 50667 Doku-Soap. Am Abgrund 19.05 Berlin – Tag & Nacht Doku-Soap



20.15 Hartz und herzlich – Tag für Tag Benzbaracken Doku-Soap. Auf Distanz 22.15 Armes Deutschland – Stempeln oder abrackern? Vom Luxusleben in den Plattenbau 0.15 Autopis Dokureihe

VOX

15.00 Shopping Queen 16.00 4 Hochzeiten – Von Braut zu Braut 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates – Ein Tisch für zwei 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 Mission Erde Spezial – Wie gut ist unser Wasser? Dokufilm, D 2021 22.15 Pia – Aus nächster Nähe 0.15 vox nachrichten

KABEL EINS

15.50 News 16.00 Navy CIS: L.A. 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Schrauben, sägen, siegen – Das Duell 20.15 Zwei bärenstarke Typen. Actionkomödie, I/USA 1983 22.35 Sie nannten ihn Mücke. Actionkomödie, I/D 1978 0.45 Banana Joe. Komödie, I/D 1982

NDR

18.00 Ländermagazine 18.15 Die Nordreportage 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Visite 21.15 Panorama – die Reporter 21.45 NDR Info 22.00 Polizeiruf 110: Fieber Krimireihe, D 2012 23.30 Weltbilder 0.00 Kevin Kühnert und die SPD

3SAT

17.40 Traumhafte Bahnstrecken der Schweiz 18.30 nano 19.00 heute 19.18 3sat-Wetter 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Die Frau, die im Wald verschwand Kriminalfilm, D 2009 21.45 kinokino 22.00 ZIB 2 22.25 makro 23.10 Re: 23.40 Re: 0.15 Reporter

WDR

18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Tatort: Borowski und das Land zwischen den Meeren Krimireihe, D 2017 21.45 WDR aktuell 22.15 Tatort: Mörderspiele Krimireihe, D 2004 23.40 Tatort: Das Mädchen von gegenüber Krimireihe, D 1977 1.20 Unterwegs im Westen

ORF 2

19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Universum Dokureihe 21.05 Report 22.00 ZIB 2 22.25 Euromillionen 22.35 kreuz und quer 23.10 kreuz und quer 23.45 Burning Bush – Die Helden von Prag (1/2) Politfilm, CZ 2013 1.35 Report

ARD Das Erste

17.00 Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** Rentnercopps **19.00** Aus Liebe **19.45** Wissen vor acht **19.50** Wetter **19.55** Börse **20.00** Tagesschau



20.15 Tina mobil Drama-Serie, Milo – der Geliebte

21.00 Tina mobil Drama-Serie, Ick lebe noch

21.45 Plusminus Magazin

22.15 Tagesthemen

22.50 maischberger. die woche Talkshow

0.05 Nachtmagazin

ZDF ZDF

17.00 heute **17.10** hallo deutschland **17.45** Leute heute **18.00** SOKO Wismar **18.54** Lotto am Mittwoch **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Heldt



20.15 Da kommst du nie drauf! Die große Show der schrillen Fragen

21.45 heute-journal

22.15 auslandsjournal Moderation: Antje Pieper

22.45 ZDFzoom

23.15 Markus Lanz Talk

0.30 heute journal update

RTL RTL

16.45 RTL Aktuell **17.00** Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exklusiv **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ



20.15 Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare Show

22.15 RTL Direkt

22.35 stern TV Magazin Mod.: Steffen Hallaschka

0.00 RTL Nachtjournal

0.30 CSI: Miami Krimiserie

1.25 CSI: Miami Deadline

SAT.1 SAT.1

15.00 Auf Streife – Die Spezialisten **16.00** Klinik am Südring **17.00** Lenßen übernimmt **17.30** K11 **18.00** Buchstaben Battle. Show **19.00** Buchstaben Battle **19.55** Sat.1 Nachrichten



20.15 The Taste Show Mod.: Angelina Kirsch

23.25 TopTen! Der Geschmacks-Countdown Best-of „The Taste“ – Kreativ-Asienreise

0.30 111 haarsträubende Hobbys! Show

2.05 Auf Streife Doku-Soap

PRO 7 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 Young Sheldon

20.40 Young Sheldon

21.10 Die Simpsons

21.40 Die Simpsons

22.10 The Big Bang Theory

22.35 The Big Bang Theory

23.00 The Big Bang Theory

23.25 The Big Bang Theory

23.50 Young Sheldon

RTL ZWEI RTL ZWEI

15.00 Bella Italia – Camping auf Deutsch **16.55** RTLZWEI News **17.05** Waidendorf **18.05** Köln 50667 **18.05** Doku-Soap **19.05** Berlin – Tag & Nacht **19.05** Doku-Soap



20.15 Mensch Retter – Jede Sekunde zählt

22.15 Mensch Polizist – Mein Leben in Uniform Doku-Soap

0.15 Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken Auf Distanz

1.50 Autopsie Dokureihe

VOX VOX

15.00 Shopping Queen **16.00** 4 Hochzeiten – Von Braut zu Braut **17.00** Zwischen Tüll und Tränen **18.00** First Dates **19.00** Das perfekte Dinner **20.15** Bones **21.15** Bones **22.10** Bones **23.05** Bones **0.00** vox nachrichten **0.20** Medical Detectives **1.20** Medical Detectives



20.15 Nord bei Nordwest In eigener Sache Krimireihe, D 2020 Mit Hinnerk Schönemann

21.45 Monitor Magazin

22.15 Tagesthemen

22.50 Nuhr im Ersten

23.35 Inas Nacht Talkshow

0.35 Nachtmagazin

KABEL EINS KABEL EINS

16.55 Abenteuer Leben täglich **17.55** Mein Lokal, Dein Lokal **18.55** Schrauben, sägen, siegen – Das Duell **20.15** Die purpurnen Flüsse **20.00** Thriller, F 2000 **22.30** Die purpurnen Flüsse 2 – Die Engel der Apokalypse **20.00** Actionthriller, F/1/GB 2004 **0.30** Die purpurnen Flüsse **20.00** Thriller, F 2000



20.15 Mein Freund, das Ekel Latein a.D.

21.00 Mein Freund, das Ekel Comedyserie

21.45 heute-journal

22.15 maybrit illner

23.15 Markus Lanz Talk

0.30 heute journal update

0.45 Filmgorillas Magazin

NDR NDR

18.00 Ländermagazine **18.15** Die Nordreportage **18.45** DAS! **19.30** Ländermagazine **20.00** Tagesschau **20.15** Die Anden – Natur am Limit **21.00** Die Anden – Natur am Limit **21.45** NDR Info **22.00** extra 3 **22.30** Sträter **23.15** Saboteure im Eis **0.00** Saboteure im Eis



20.15 Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare Show

21.15 Das Sommerhaus der Stars – Der Live Talk Mod.: Frauke Ludwig

22.15 RTL Direkt

22.35 Exklusiv spezial

23.15 RTL Topnews

3SAT 3SAT

19.00 heute **19.18** 3sat-Wetter **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau **20.15** Die Schweizer Alpen – Bräuche, Käuze, Aberglaube **21.05** Die Schweizer Alpen – Bräuche, Käuze, Aberglaube **22.00** ZIB 2 **22.25** Der Pass **23.15** Gegenüber **0.50** 10vor10 **0.50** 10vor10



20.15 Harry Potter und der Stein der Weisen Fantasyfilm, GB/USA 01 Mit Daniel Radcliffe

23.30 Exklusive Einblicke 20 Jahre Harry Potter

0.30 Criminal Minds Krimiserie, Blackbird

1.20 Criminal Minds

WDR WDR

16.15 Hier und heute **18.00** WDR aktuell / Lokalzeit **18.15** Servicezeit **18.45** Aktuelle Stunde **20.00** Tagesschau **20.15** Markt **21.00** Doc Esser **21.45** WDR aktuell **22.15** Die Story **23.00** Hongkong – Eine Stadt im Widerstand. Dokumentarfilm, GB 2021 **0.25** maischberger. die woche



20.15 The Voice of Germany Blind Audition. Jury: Sarah Connor. Coach: Johannes Derding, Mark Forster, Nico Santos

23.00 red. Magazin

0.00 Perfect Shot by MAC

0.35 Songs für die Ewigkeit Dokureihe. Cher

ORF 2 ORF 2

19.51 Wetter **19.56** Sport aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Dennstein & Schwarz – Rufmord **20.15** Komödie, A 2020 **21.50** Autofocus **22.00** ZIB 2 **22.30** WELTJournal **23.05** WELTJournal + **23.50** Mutig in die neuen Zeiten – Nur keine Wellen **0.00** Drama, A 2006



20.15 Hartes Deutschland – Die Story Frankfurt: Endstation Bahnhofsviertel

22.15 Das Messie-Team – Start in ein neues Leben Doku-Soap Peggy ist überfordert

0.15 Der Trüdeltrupp

1.10 Der Trüdeltrupp

ARD Das Erste

17.00 Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** Quizduell-Olymp **19.45** Sprüche vor acht **19.50** Wetter **19.55** Börse **20.00** Tagesschau



20.15 Scheidung für Anfänger Komödie, D 2018

21.45 Tagesthemen

22.15 Tartort: Der Pakt Krimireihe, D 2019

23.45 Maria Wern... Und die Götter schweigen. Krimireihe, S 2010

ZDF ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops **17.00** heute **17.10** hallo deutschland **17.45** Leute heute **18.00** SOKO Wien **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Bettys Diagnose



20.15 Jenseits der Spree Krimiserie. Untiefen

21.15 SOKO Leipzig Krimiserie. Schlafes Bruder

22.00 heute-journal

22.30 heute-show Show

23.00 ZDF Magazin Royale

23.30 aspekte Reihe

0.15 heute journal update

RTL RTL

16.45 RTL Aktuell **17.00** Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exklusiv **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ



20.15 Fußball: WM-Qualifikation Countdown

20.45 Fußball: WM-Qualifikation Deutschland – Rumänien. Aus Hamburg

22.40 Fußball: WM-Qualifikation Highlights und Zsfg. der anderen Spiele

0.00 RTL Nachtjournal

SAT.1 SAT.1

15.00 Auf Streife – Die Spezialisten **16.00** Klinik am Südring **17.00** Lenßen übernimmt **17.30** K11 **18.00** Buchstaben Battle. Show **19.00** Buchstaben Battle **19.55** Sat.1 Nachrichten



20.15 111 noch verrücktere Viecher! Show. Nähere Informationen folgen!

22.15 111 fantastische Freizeithelden! Show

0.15 Paul Panzer Live – Glückssritter

1.15 Sechserpack Show

1.40 Sechserpack Show

PRO 7 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 Catch me! Komödie, USA 2018. Mit E. Helms Regie: Jeff Tomsic

22.25 Tammy Komödie, USA 2014

0.15 Dirty Cops – War on Everyone Actionkomödie, GB 2016

2.10 Watch Me Magazin

RTL ZWEI RTL ZWEI

15.00 Bella Italia – Camping auf Deutsch **16.55** RTLZWEI News **17.05** Waidendorf **18.05** Köln 50667 **18.05** Doku-Soap **19.05** Berlin – Tag & Nacht **19.05** Doku-Soap



20.15 Der unglaubliche Hulk Actionfilm, USA 2008 Mit Edward Norton

22.25 Bad Boys 2 Actionfilm, USA 2003

1.20 Der unglaubliche Hulk Actionfilm, USA 2008

3.00 Bad Boys 2 Actionfilm, USA 2003

ARD Das Erste

16.00 W wie Wissen – Spezial
16.30 Weltspiegel-Reportage
17.00 Tagesschau
17.10 Brisant
17.50 Fußball: Bundesliga der Frauen
19.57 Lotto am Samstag
20.00 Tagesschau



20.15 Verstehen Sie Spaß? Show. Mit Uwe Ochsenknecht, Heiner Lauterbach, Chris Tall u.a.

23.15 Tagesthemen
23.35 Das Wort zum Sonntag
23.40 Boxen WM im Halbschwergewicht: D. Bösel (D) – R. Krasniqi (D)

ZDF ZDF

15.15 Bares für Rares
16.10 Die Rosenheim-Cops
17.00 heute Xpress
17.05 Länderspiegel
17.35 plan b
18.05 SOKO Kitzbühel
19.00 heute
19.20 Wetter
19.25 Der Bergdoktor



20.15 Theresa Wolff Home Sweet Home Krimireihe, D 2021

21.45 Letzte Spur Berlin
22.30 Letzte Spur Berlin
23.15 heute-journal
23.30 2012 Sci-Fi-Film, USA 2009
1.55 heute-show

RTL RTL

14.30 Das Supertalent
16.45 Explosiv – Weekend
17.45 Exklusiv – Weekend
18.45 RTL Aktuell
19.03 RTL Aktuell – Das Wetter
19.04 Klima Update
19.05 Life



20.15 Das Supertalent Show. Jury: Chantal Janzen, Michael Michalsky, Ehrlich Brothers, Mod.: Lola Weippert, Chris Tall

22.15 Take Me Out Show
23.25 Falscher Hase
0.25 Das Supertalent
2.00 Take Me Out

SAT.1 SAT.1

17.00 Die Gemeinschaftspraxis
17.30 Die Gemeinschaftspraxis
18.00 Klinik am Südring – Die Intim-Fachärzte
18.55 Klinik am Südring – Die Intim-Fachärzte
19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Chaos im Netz Animationsfilm, USA 2018

22.25 Total Recall Sci-Fi-Film, USA/CAN 2012. Mit Colin Farrell

1.00 Killing Season – Zwei Killer. Ein Krieg. Actionthriller, USA/B/BUL 2013. Mit Robert De Niro

PRO 7 PRO 7

15.45 Two and a Half Men
16.10 Two and a Half Men
16.35 Two and a Half Men
17.05 Mom
17.30 Mom
18.00 Newstime
18.10 Die Simpsons
18.35 Die Simpsons
19.05 Galileo



20.15 Man lernt nie aus Komödie, USA 2015 Mit Robert De Niro Regie: Nancy Meyers

23.00 Catch me! Komödie, USA 2018. Mit Ed Helms Regie: Jeff Tomsic

1.10 Man lernt nie aus Komödie, USA 2015

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.15 Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt
15.15 Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt
16.15 Die Schnäppchenhäuser
17.15 Die Schnäppchenhäuser
18.15 Die Bauretter



20.15 Shockwave – Countdown zum Desaster Katastrophenfilm, USA 17

22.10 Skyline – Der Tag des Angriffs Sci-Fi-Film, USA 2010

23.55 Blitzschlag – Gefangen im Gewittersturm Drama, CDN 2015

VOX VOX

15.50 Shopping Queen
16.55 Der V.I.P. Hundeprofi
18.00 hundkatzenmaus
19.10 Der Hundeprofi – Rütters Team
20.15 Gänsehaut – Horrorkomödie, USA/AUS 2015
22.20 Renegades – Mission of Honor Actionthriller, F/D/USA/B/NL/MLT/KRO 2017
0.25 Medical Detectives



20.15 Fußball: Nations League Finale Aus Mailand (I). Moderation: Esther Sedlacek

22.45 Sportschau Thema
23.45 ttt Magazin
0.15 Druckfrisch Magazin
0.45 3 Türken & ein Baby Komödie, D 2015

KABEL EINS KABEL EINS

15.25 Rosewood
16.25 News
16.35 Rosewood
17.30 Rosewood
18.25 Blue Bloods – Crime Scene New York
19.15 Blue Bloods – Crime Scene New York
20.15 Hawaii Five-0 Heiße Spur
21.15 Hawaii Five-0
22.15 MacGyver
23.15 MacGyver
0.10 Criminal Minds



20.15 Ella Schön – Familienbande Familiendrama, D 2021

21.45 heute-journal
22.15 Opus Klassik 2021 Konzert
0.15 heute Xpress
0.20 ZDF-History
1.05 Bodyguard

NDR NDR

18.00 Nordtour
18.45 DAS!
19.30 Ländermagazine
20.00 Tagesschau
20.15 Unvergessen – Der XXL-Ostfriesen
21.45 Unvergessen – Der XXL-Ostfriesen
23.15 Inspector Mathias – Mord in Wales Die Brücke des Teufels. Krimireihe, GB 2014
0.50 Der XXL-Ostfriesen – nur das Beste



20.15 Fifty Shades of Grey – Geheimes Verlangen Drama, USA 2015

22.35 stern TV Magazin
0.25 Fifty Shades of Grey – Geheimes Verlangen Drama, USA 2015
2.40 Momentum Actionthriller, USA/SA 2015

SAT.1 SAT.1

13.00 Tourenwagen: DTM
14.55 Harry Potter und der Stein der Weisen Fantasyfilm, GB/USA 2001
17.55 Julia Leischik sucht
18.55 Julia Leischik sucht
19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 The Voice of Germany Show. Blind Audition (2/10) Mit Sarah Connor, Johannes Oerding, Mark Forster, Nico Santos

22.55 111 noch verrücktere Viecher! Show
0.45 111 fantastische Freizeithelden!

PRO 7 PRO 7

13.05 Zervakis & Opendhövel. Live.
14.55 NFL-süchtig
15.25 American Football: NFL. Atlanta Falcons – New York Jets
18.55 Newstime
19.05 Galileo Plus Magazin. DIY – Deutschland macht's selbst



20.15 Godzilla II: King of the Monsters Actionfilm, USA/J/MEX/TWN 2019 Mit Kyle Chandler

23.00 Pacific Rim Sci-Fi-Film, USA 2013

1.30 Godzilla II: King of the Monsters Actionfilm, USA/J/MEX/TWN 2019

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.10 Die Schnäppchenhäuser – Der Traum vom Eigenheim
15.15 Die Schnäppchenhäuser
16.15 Der Trödeltrupp
17.15 Mein neuer Alter
18.15 Doku-Soap
18.55 GRIP – Das Motormagazin
Magazin



20.15 How to Be Single Komödie, USA 2016 Mit Dakota Johnson

22.25 Child's Play Horrorfilm, USA/CAN 2019 Mit Aubrey Plaza

0.10 Chucky 2 – Die Mörderpuppe ist wieder da Horrorfilm, USA 1990

ARD Das Erste

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



20.15 Das geheime Leben der Rothirsche Dokumentation

21.00 Hart aber fair
22.15 Tagesthemen
22.50 Rabiat Reportagereihe. Republik der Angst
23.35 HERstory
0.20 Nachtmagazin

ZDF ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops
17.00 heute
17.10 hallo deutschland
17.45 Leute heute
18.00 SOKO Potsdam
19.00 heute
19.20 Wetter
19.25 WISO



20.15 Deutschstunde Drama, D 2019. Mit Tobias Moretti. Regie: Christian Schwochow

22.10 heute-journal
22.40 Feinde – Hostiles Drama, USA 2017. Mit Ben Foster
0.45 heute journal update

RTL RTL

16.45 RTL Aktuell
17.00 Explosiv Stories
17.30 Unter uns
18.00 Explosiv
18.30 Exklusiv
18.45 RTL Aktuell
19.03 RTL Aktuell – Das Wetter
19.05 Alles was zählt
19.40 GZSZ



20.15 Fußball: WM-Qualifikation Countdown
20.45 Fußball: WM-Qualifikation Nordmazedonien – Deutschland
22.40 Fußball: WM-Qualifikation Highlights und Zsfsg. der anderen Spiele
0.00 RTL Nachtjournal

SAT.1 SAT.1

15.00 Auf Streife – Die Spezialisten
16.00 Klinik am Südring
17.00 Lenßen übernimmt
17.30 K11
18.00 Buchstaben Battle. Show
19.00 Buchstaben Battle
19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 111 tollkühne Talente! Die lustigsten Comedy-Fallen weltweit

0.20 Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt
2.05 Auf Streife – Die Spezialisten

PRO 7 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 Newstime
18.10 Die Simpsons
18.40 Die Simpsons
19.05 Galileo



20.15 Zervakis & Opendhövel. Live. Magazin

22.10 10 Fakten Doku-reihe. Alltag extrem

23.10 The Voice of Germany Blind Audition (1/10)

1.40 The Voice: Comeback Stage by SEAT Show
1.45 Kiss Bang Love Show

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.55 Programm nach Ansa
16.55 RTLZWEI News
17.05 Waidendorf
18.05 Köln 50667
19.05 Doku-Soap. Alles auf Anfang
19.55 Berlin – Tag & Nacht
Doku-Soap



20.15 Die Wollnys – Eine schrecklich große Familie! Ein Kinderzimmer für die Zwillinge

21.15 Die Wollnys
22.15 Bella Italia – Camping auf Deutsch
0.15 Hartes Deutschland – Die Story Reihe

ARD Das Erste

16.10 Verrückt nach Meer 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 WaPo Bodensee 19.45 Wissen vor acht 19.50 Wetter 19.55 Börse 20.00 Tagesschau



20.15 Die Kanzlei 20.15 Anwaltsserie. Exzess
21.00 In aller Freundschaft 21.00 Arztserie. Ich wünschte, du wärst hier
21.45 Report München 22.15 Tagesthemen 22.50 Kölner Treff 0.20 Nachtmagazin

ZDF ZDF

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 Wir Wunderkinder 20.15 Doku. Zeit des Aufbaus
21.00 frontal 21.45 heute-journal 22.15 Giftelstürmer 22.15 Doku. Ganz nach oben ohne Beine und Arme
22.45 Markus Lanz 0.00 heute journal update

RTL RTL

16.45 RTL Aktuell 17.00 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Das Sommerhaus der Stars - Kampf der Promipaare Show
22.15 RTL Direkt 22.35 Das Sommerhaus der Stars - Kampf der Promipaare Show
23.05 Take Me Out 0.15 RTL Nachtjournal

SAT.1 SAT.1

15.00 Auf Streife - Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 K11 18.00 Buchstaben Battle. Show 19.00 Buchstaben Battle 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Lebensretter hautnah - Wenn jede Sekunde zählt 22.20 akte. Magazin 23.15 Focus TV - Reportage 0.15 SAT.1 Reportage 1.15 SAT.1 Reportage 2.10 Auf Streife - Die Spezialisten

PRO 7 PRO 7

15.35 Two and a Half Men 16.05 Two and a Half Men 16.30 Two and a Half Men 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 xX3: Die Rückkehr des Xander Game Actionfilm, CHN/CDN/USA 2017. Mit Vin Diesel. Regie: D.J. Caruso
22.20 Late Night Berlin Show 23.30 How Fake Is Your Love? Show. Finale 1.35 Der Talk danach

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.55 Programm nach Ansage 16.55 RTLZWEI News 17.05 Waidendorf 18.05 Köln 50667 18.05 Doku-Soap. Walgesang, kein Scheiß 19.05 Berlin - Tag & Nacht 20.05 Doku-Soap. Der Probetag



20.15 Hartz und herzlich 20.15 Dokureihe. Rückkehr nach Niedergörsdorf (1)
22.15 Armes Deutschland - Stempeln oder abrackern? 20.15 Arbeitssuche oder Trennung
0.20 Autopsie Dokureihe 1.10 Unsolved Mysteries

ARD Das Erste

16.10 Verrückt nach Meer 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Rentnercops 19.45 Wissen vor acht 19.50 Wetter 19.55 Börse 20.00 Tagesschau



20.15 Geliefert 20.15 Drama, D 2021. Mit Birne Mädel. Regie: Jan Fehse
21.45 Plusminus 22.15 Tagesthemen 22.50 Sunset over Hollywood 20.15 Doku-mentarfilm, D 2018
0.20 Nachtmagazin

ZDF ZDF

17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Wismar 18.54 Lotto am Mittwoch 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Blutige Anfänger



20.15 Aktenzeichen XY ... ungelöst 20.15 Magazin U.a.: Mörder im Blut- rausch / Vorsicht, Betrug!
21.45 heute-journal 22.15 auslandsjournal 22.45 ZDFzoom 23.15 Markus Lanz 0.30 heute journal update

RTL RTL

16.45 RTL Aktuell 17.00 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Das Sommerhaus der Stars - Kampf der Promipaare Show
22.15 RTL Direkt 22.35 stern TV Moderation: Steffen Hallaschka
0.00 RTL Nachtjournal 0.30 CSI: Miami Würgegame 1.25 CSI: Miami

SAT.1 SAT.1

15.00 Auf Streife - Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 K11 18.00 Buchstaben Battle. Show 19.00 Buchstaben Battle 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 The Taste 20.15 Show Jury: Tim Raue, Frank Rosin, Alexander Kumpfter, Ricky Seward u.a.
23.25 TopTen! Der Geschmack-Countdown 0.25 111 tollkühne Talente! 2.05 Auf Streife - Die Spezialisten

PRO 7 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 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Young Sheldon 20.40 Young Sheldon 21.10 Die Simpsons 21.40 Die Simpsons 22.10 The Big Bang Theory 22.40 The Big Bang Theory 23.10 The Big Bang Theory 23.35 The Big Bang Theory 23.55 Young Sheldon

RTL ZWEI RTL ZWEI

13.55 Die Geissens 14.55 Programm nach Ansage 16.55 RTLZWEI News 17.05 Waidendorf 18.05 Doku-Soap. Das Ultimatum 18.05 Köln 50667 18.05 Doku-Soap. Sprung ins Glück



19.05 Berlin - Tag & Nacht 20.15 Doku-Soap Luftschlosser
20.15 Pr. nach Ansage 22.15 Pr. nach Ansage 0.15 Autopsie - Mysteriöse Todesfälle Dokureihe Vom Pech verfolgt / Mord - Kalt serviert

ARD Das Erste

17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 In aller Freundschaft - Die jungen Ärzte 19.45 Wissen vor acht 19.50 Wetter 19.55 Börse 20.00 Tagesschau



20.15 Der Dänemark-Krimi: Rauh Nächte 20.15 Kriminalfilm, D 2021 Mit Marlene Morreis
21.45 Kontraste 22.15 Tagesthemen 22.50 Ladies Night 23.35 Inas Nacht 0.35 Nachtmagazin

ZDF ZDF

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 Mein Freund, das Ekel 20.15 Familienbande
21.00 Mein Freund, das Ekel 21.00 Kuchens gut, alles gut
21.45 heute-journal 22.15 maybebrill 23.15 Markus Lanz 0.30 heute journal update 0.45 Filmgorillas 0.45 Magazin

RTL RTL

17.00 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.04 Klima Update 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Das Sommerhaus der Stars - Kampf der Promipaare Show
21.15 Das Sommerhaus der Stars - Der Live Talk
22.15 RTL Direkt 22.35 Exklusiv spezial 23.15 RTL Topnews 0.00 RTL Nachtjournal

SAT.1 SAT.1

15.00 Auf Streife - Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 K11 18.00 Buchstaben Battle. Show 19.00 Buchstaben Battle 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Harry Potter und die Kammer des Schreckens 20.15 Fantasyfilm, USA/GB 2002 Mit Daniel Radcliffe
23.30 Exklusive Einblicke 23.30 Die Magie von Harry Potter
0.30 Criminal Minds 1.20 Criminal Minds

PRO 7 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 18.35 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 The Voice of Germany 20.15 Blind Audition (3/10)
22.55 red. Magazin 23.55 Perfect Shot by MAC 0.25 Songs für die Ewigkeit Dokureihe 1.20 Zervakis & Opendhövel. Live. Magazin 3.00 10 Fakten Dokureihe

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.55 Programm nach Ansage 16.55 RTLZWEI News 17.05 Waidendorf 18.05 Köln 50667 18.05 Doku-Soap. Sie liebt mich, sie liebt mich nicht, sie liebt mich...



20.15 Hartes Deutschland - Die Story 20.15 Frankfurt: Endstation Bahnhofsviertel
22.15 Das Messie-Team - Start in ein neues Leben 20.15 Gunvor wünscht sich endlich „einen neuen Start ins Leben!“
0.15 Hartz und herzlich

ARD Das Erste

16.10 Verrückt nach Meer 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Quizduell-Olymp 19.45 Sportschau vor acht 19.50 Wetter 19.55 Börse 20.00 Tagesschau



20.15 Toni, männlich, Hebamme Nestflucht. Komödie, D 2021

21.45 Tagesthemen

22.15 Tator: Zeit der Frösche Krimireihe, D 2018

23.45 Maria Wern, Kripo Gotland Totenwache. Krimireihe, S 2010

ZDF ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Wien 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Bettys Diagnose



20.15 Jenseits der Spree Der letzte Trip

21.15 SOKO Leipzig

22.00 heute-journal

22.30 heute-show Show

23.00 ZDF Magazin Royale

23.30 Das Literarische Quartett Talkshow

0.15 heute journal update

RTL RTL

16.45 RTL Aktuell 17.00 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exclusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Ninja Warrior Germany - Die stärkste Show Deutschlands Show. Vorrunde (1/7)

23.00 Date or Drop Show

0.00 RTL Nachtjournal

0.35 RTL Topnews

1.15 Willkommen bei Mario Barth Show

SAT.1 SAT.1

15.00 Auf Streife - Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 K11 18.00 Buchstaben Battle. Show 19.00 Buchstaben Battle 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Die Gegenteilshow Show. Moderation: Daniel Boschmann

22.55 Halbension mit Schmitz Show

23.55 The Voice of Germany Blind Audition (2/10)

2.20 Sechserpack Show

2.45 Sechserpack Show

PRO 7 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 Jack Ryan: Shadow Recruit Actionfilm, USA/RUS 2014

22.25 xxx 3: Die Rückkehr des Xander Cage Actionfilm, CHN/CND/USA 2017. Mit Vin Diesel

0.25 Jack Ryan: Shadow ... Actionfilm, USA/RUS 2014

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.55 Programm nach Ansage 16.55 RTLZWEI News 17.05 Waidendorf 18.05 Köln 50667 Doku-Soap. Große Chancen - kleine Fehler 19.05 Berlin - Tag & Nacht Doku-Soap



20.15 The Amazing Spider-Man 2 - Rise Of Electro Actionfilm, USA 2014 Mit Andrew Garfield

23.00 Hancock Actionfilm, USA 2008

0.45 Puls Actionfilm, USA 2016. Mit John Cusack

VOX VOX

16.00 Zwischen Tüll und Tränen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates - Ein Tisch für zwei 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 Law & Order: Special Victims Unit Krimiserie 21.15 Law & Order: Special Victims Unit 22.10 Stirb langsam 2 Actionfilm, USA 1990 0.45 vox nachrichten



20.15 Klein gegen Groß - Die Jubiläumsshow Show. Gäste: Senta Berger, Peter Maffay u.a.

23.30 Tagesthemen

23.50 Das Wort zum Sonn. Talkshow

23.55 Inas Nacht Talkshow

0.55 Inas Nacht Talkshow

1.55 Tagesschau

KABEL EINS KABEL EINS

16.00 Navy CIS: L.A. 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Schrauben, sägen, siegen - Das Duell 20.15 Criminal Minds Krimiserie. Der Knochenbrecher 21.15 Criminal Minds 22.00 Wie im Schlaf 22.15 Instinct - Auf Mörderjagd 23.15 Instinct - Auf Mörderjagd 0.10 Navy CIS



20.15 Erzgebirgskrimi Der letzte Bissen Krimireihe, D 2021

21.45 Helene Fischer - Im Rausch der Sinne

22.45 heute-journal

23.00 Das aktuelle Sportstudio

0.25 heute Xpress

NDR NDR

16.15 Die Tierärzte 17.00 NDR Info 17.10 Leopard & Co. 18.00 Ländermagazine 18.15 Die Nordreportage: Hofgeschichten 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 10 Jahre „Klein gegen Groß“ Doku 21.45 NDR Info 22.00 NDR Talk Show 0.00 Käpt'n's Dinner



20.15 Das Supertalent Jury: Chantal Janzen, Michael Michalsky, Ehrlich Brothers. Mod.: Lola Weippert, Chris Tall

22.15 Take Me Out Show Moderation: Jan Köppen

23.25 Take Me Out Show

0.35 Das Supertalent

3SAT 3SAT

17.45 Terra X 18.30 nano 19.00 heute 19.18 3sat-Wetter 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Das Zeugenhäuser Gesellschafterdrama, D 2014 22.00 ZIB 2 22.30 Tod einer Schülerin Drama, D 2010 0.00 Die Tochter des Mörders Kriminalfilm, D 2010



20.15 Geostorm Katastrophenfilm, USA 2017. Mit Gerard Butler. Regie: Dean Devlin, Danny Cannon

22.30 Ich bin Nummer Vier Sci-Fi-Film, USA/IND 2011. Mit Alex Pettyfer

0.45 Geostorm Katastrophenfilm, USA 2017

WDR WDR

16.15 Hier und heute 18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Shiasu für Future 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Zeit, dass sich was dreht - Unser Land in den 2000ern 21.45 WDR aktuell 22.00 Kölner Treff 23.30 Zum Lachen ins Revier 0.15 Kölner Treff



20.15 The Masked Singer Mod.: M. Opednhövel

23.30 The Masked Singer - red. Spezial Magazin

23.50 Das Duell um die Welt - Team Joko gegen Team Klaas

3.40 Freelancers Actionthriller, USA 2012

ORF 2 ORF 2

19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Der Staatsanwalt 21.20 Vera 22.00 ZIB 2 22.25 Euromillionen 22.35 3 Am Runden Tisch - ein konstruktives Streitgespräch 23.05 Universum History 23.50 Outlander 1.00 Der Staatsanwalt



20.15 Deadly Inferno - Tödliches Inferno Katastrophenfilm, CDN 2016

22.05 Beyond Skyline Sci-Fi-Film, USA/GB/SIN/INO/CHN/CDN 2017

0.10 Stonados - Kein Entkommen Sci-Fi-Film, USA/CDN 2013

ARD Das Erste

17.30 Carl Josef - StandUp im Rollstuhl 17.59 Gewinnzahlen Dt. Fernsehlotterie 18.00 Tagesschau 18.05 Bericht aus Berlin 18.30 Sportschau 19.20 Weltspiegel 20.00 Tagesschau



20.15 Tator: Unsichtbar Krimireihe, D 2021

21.45 Brokenwood - Mord in Neuseeland Krimireihe, NZ 2017

23.15 Tagesthemen

23.35 ttt Magazin

0.05 Die Blumen von gestern Tragikomödie, A/D/F 2016

ZDF ZDF

17.00 heute 17.10 sportstudio reportage 18.00 ZDF.reportage 18.30 Terra Xpress 18.55 Aktion Mensch Gewinner 19.00 heute 19.10 Berlin direkt 19.30 Terra X



20.15 Marie fängt Feuer Schattenhaft. Heimatfilm, D 2021. Mit Christine Eichenberger, Stefan Murr

21.45 heute-journal

22.15 Spy City Thriller, D/GB/CZ 2020

23.45 ZDF-History

0.30 heute Xpress

RTL RTL

15.20 Die Versicherungsdetektive 16.25 Best of ...! 17.30 Ninja Warrior Germany Kids 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.05 Ninja Warrior Germany Kids



20.15 Fifty Shades of Grey - Gefährliche Liebe Drama, USA/CHN/J 2017

22.45 Happy Death Day 2U Horrorkomödie, USA/J 2019. Mit Jessica Rothe

0.45 Fifty Shades of Grey - Gefährliche Liebe Drama, USA/CHN/J 2017

SAT.1 SAT.1

13.45 Exklusive Einblicke 14.45 Harry Potter und die Kammer des Schreckens 17.05 Fantasyfilm, USA/GB 2002 17.55 Julia Leischik sucht 18.55 Julia Leischik sucht 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 The Voice of Germany Show. Blind Audition (4/10). Mit Sarah Connor Coach: Johannes Oerding, Mark Forster u.a.

23.00 Let the music play - Das Hit Quiz Show

0.00 Let the music play - Das Hit Quiz Show

PRO 7 PRO 7

15.25 American Football: NFL Jacksonville Jaguars - Miami Dolphins 18.55 Newstime 19.05 Galileo Plus. Magazin. Der Food Code - Der Schlüssel zum besten Essen (1/4). Mit Achim Sam, Kai Neumann



20.15 Gemini Man Actionfilm, USA/CHN 2019. Mit Will Smith, Mary Elizabeth Winstead

22.50 American Assassin Actionthriller, USA 2017 Mit Dylan O'Brien

1.05 Frequency Drama, USA 2000

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.15 Die Schnäppchenhäuser 15.15 Die Schnäppchenhäuser 16.15 Der Trödlertrupp 17.15 Mein neuer Alter Doku-Soap 18.15 GRIP - Das Motormagazin Magazine



20.15 Blood Diamond Drama, USA/D/GB 2006 Mit Leonardo DiCaprio, Djimon Hounsou

23.00 Zero Dark Thirty Drama, USA 2012 Mit Jason Clarke

1.55 Blood Diamond Drama, USA/D/GB 2006

ARD Das Erste

17.00 Tagesschau 17.15 Brisanz 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Großstadtrevier 19.45 Wissen vor acht 19.50 Wetter 19.55 Börse 20.00 Tagesschau

20.15 Der Liebhaber meiner Frau Komödie, D 2019. Mit C. Kohlund

21.45 Exklusiv im Ersten

22.15 Tagesthemen

22.50 Rabiat Reportage

23.35 Moskau 1941 – Stimmten am Abgrund

1.05 Tagesschau

ZDF ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Potsdam 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 WISO

20.15 Nord Nord Mord Sievers und der schwarze Engel. Krimi, D 2021

21.45 heute-journal

22.15 21 Bridges – Jagd durch Manhattan durch Krimi, USA/CHN 2019. Mit C. Boseman

23.45 heute journal update

RTL RTL

16.45 RTL Aktuell 17.00 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ

20.15 RTL Spezial: Das große Live Experiment – Rettung aus der Feuerhölle Reportage

22.15 RTL Direkt

22.35 Spiegel TV Magazin

0.00 RTL Nachtjournal

0.30 Justice – Die Justizreportage Reportage

SAT.1 SAT.1

15.00 Auf Streife – Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 K11 18.00 Buchstaben Battle. Show 19.00 Buchstaben Battle 19.55 Sat.1 Nachrichten

20.15 Die Herzblut-Aufgabe – Promis in der Pflege Reportage

22.45 SAT.1 Reportage

23.45 SAT.1 Reportage

0.45 Lebensretter hautnah Reportage

2.30 Auf Streife – Die Spezialisten

PRO 7 PRO 7

15.05 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 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo

20.15 Zervakis & Opendhövel. Live. Magazin

22.10 Der Weinstein-Skandal: Hollywood bricht sein Schweigen Dokumentarfilm, USA 2018

23.20 10 Fakten Dokureihe Extreme Jobs

0.20 The Voice of Germany

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.55 Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken 16.55 RTLZWEI News 17.05 Waidendorf 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin – Tag & Nacht Doku-Soap

20.15 Die Wollnys Zwillingengeburt per Notkaiserschnitt

21.15 Die Wollnys Doku

22.15 Bella Italia – Camping auf Deutsch

0.15 Hartes Deutschland – Die Story Reihe exklusiv – Die Reportage

VOX VOX

15.00 Shopping Queen 16.00 Zwischen Tüll und Tränen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 Die Höhle der Löwen 22.50 Goodbye Deutschland! 23.50 vox nachrichten 0.10 Medical Detectives 1.10 Medical Detectives

KABEL EINS KABEL EINS

17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Schrauben, sägen, siegen – Das Duell 20.15 X-Men Origins: Wolverine Sci-Fi-Film, USA/GB 2009 22.30 Resident Evil: Apocalypse Sci-Fi-Horror, GB/D/F/CDN/USA 2004 0.20 Steven Seagal – Mercenary Actionfilm, USA/ARU/SA 2006

NDR NDR

18.15 Die Nordreportage 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Die Ernährungs-Docs 21.45 NDR Info 22.00 45 Min 22.45 Kulturjournal 23.15 Eye in the Sky – Tod aus der Luft Thriller, GB/CDN 2015 0.45 Die Ernährungs-Docs 1.30 Markt

3SAT 3SAT

19.00 heute 19.18 3sat-Wetter 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Traumhafte Bahnstrecken der Schweiz 21.05 Traumhafte Bahnstrecken der Schweiz 22.00 ZIB 2 22.25 Die Wache Dokumentarfilm, D 2020 23.55 Gipfelstürmer 0.25 10vor10

WDR WDR

16.15 Hier und heute 18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Lecker an Bord 21.00 Hunde verstehen! 21.45 WDR aktuell 22.15 Unterwegs im Westen 22.45 Ladies Night Classics 23.30 Gefragt – Gejagt 0.15 Gefragt – Gejagt

ORF 2 ORF 2

19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Millionenshow 21.10 Thema 22.00 ZIB 2 22.30 kulturMontag 23.30 Elfriede Jelinek – Ein Porträt 23.50 Die Kinder der Toten Mystery, A 2019 1.20 Die Millionen-Show

ARD Das Erste

17.00 Tagesschau 17.15 Brisanz 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 WaPo Bodensee 19.45 Wissen vor acht 19.50 Wetter 19.55 Börse 20.00 Tagesschau

20.15 Die Kanzlei Anwaltsserie. Ohne Spuren

21.00 In aller Freundschaft Offene Rechnung

21.45 FAKT Magazin

22.15 Tagesthemen

22.50 Club 1 Talkshow

0.20 Nachtmagazin

0.40 Die Kanzlei

ZDF ZDF

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 Wir Wunderkinder Doku. Zeit des Wandels

21.00 frontal Magazin

21.45 heute-journal

22.15 Begnadet anders Doku. Mit Handicap erfolgreich im Beruf

22.45 Markus Lanz

0.00 heute journal update

RTL RTL

16.45 RTL Aktuell 17.00 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ

20.15 Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare Show

22.15 RTL Direkt

22.35 Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare Show

23.00 Take Me Out

0.10 RTL Nachtjournal

SAT.1 SAT.1

15.00 Auf Streife – Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 K11 18.00 Buchstaben Battle. Show 19.00 Buchstaben Battle 19.55 Sat.1 Nachrichten

20.15 Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt

22.15 akte. Magazin

23.15 Focus TV – Reportage

0.15 SAT.1 Reportage

1.15 Die Herzblut-Aufgabe – Promis in der Pflege Reportage

PRO 7 PRO 7

15.05 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 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo

20.15 Darüber staunt die Welt – Die verrücktesten Familien-Schlammassel Show

22.40 Late Night Berlin

23.50 The Masked Singer

2.30 Spät Nachrichten

2.35 Kiss Bang Love

3.35 Kiss Bang Love

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.55 Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken 16.55 RTLZWEI News 17.05 Waidendorf 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin – Tag & Nacht Doku-Soap

20.15 Hartz und herzlich Dokureihe. Rückkehr nach Niedergörsdorf (2)

22.15 Armes Deutschland – Stempeln oder abrackern? Alex und Maria – Die Trennung

0.20 Autopsie Dokureihe

1.10 Unsolved Mysteries

VOX VOX

15.00 Shopping Queen 16.00 Zwischen Tüll und Tränen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 Besonders verliebt 22.15 Pia – Aus nächster Nähe 0.15 vox nachrichten 0.35 Medical Detectives 1.30 Medical Detectives

KABEL EINS KABEL EINS

15.50 News 16.00 Navy CIS: L.A. 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Schrauben, sägen, siegen – Das Duell 20.15 16 Blocks Actionfilm, USA/D 2006 22.25 22.00 Polizeiruf 110: Sabine Zkrimireihe, D 2021 23.30 Weltbilder 0.00 Neben den Gleisen Dokumentarfilm, D 2016

NDR NDR

18.15 Ländermagazine 18.15 Die Nordreportage 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Visite 21.15 Panorama 3 21.45 NDR Info 22.00 Polizeiruf 110: Sabine Zkrimireihe, D 2021 23.30 Weltbilder 0.00 Neben den Gleisen Dokumentarfilm, D 2016

3SAT 3SAT

18.30 nano 19.00 heute 19.18 3sat-Wetter 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Der 7. Tag Thriller, D 2017 21.45 kinokino 22.00 ZIB 2 22.25 makro 22.55 Feindbild Polizei Gewalt und Gegendwärt ohne Ende? Dokumentarfilm, D 2020 0.15 Reporter

WDR WDR

18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Tatort: Narben Krimireihe, D 2016 21.45 WDR aktuell 22.15 Tatort: Satisfaktion Krimireihe, D 2007 23.40 Tatort: Tote Taube in der Beethovenstraße Krimireihe, D 1973 1.20 Unterwegs im Westen Dokureihe

ORF 2 ORF 2

19.23 Wetter 19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Universum 21.05 Report 22.00 ZIB 2 22.25 Euromillionen 22.35 kreuz und quer 23.10 kreuz und quer 23.55 Die Klavierspielerin Drama, A/F/D 2001 2.00 Report

ARD Das Erste

17.00 Tagesschau 17.15 Brisanz 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Rentnercops Herr Ko vegan 19.45 Wissen vor acht 19.50 Wetter 19.55 Börse 20.00 Tagesschau

20.15 Freunde Drama, D 2021

21.45 Plusminus Magazin

22.15 Tagesthemen

22.50 Die Unbeugsamen – Gefährdete Pressefreiheit auf den Philippinen Dokufilm, D 19

0.15 Nachtmagazin

ZDF ZDF

17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Wismar 18.54 Lotto am Mittwoch 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Blutige Anfänger

20.15 Breisgau – Bullenstall Krimifilm, D 2021 Mit Katharina Nesytowa

21.45 heute-journal

22.15 Fußball-Frauen Zeit für die Offensive

23.00 sportstudio UEFA Champions League

0.00 Markus Lanz

RTL RTL

16.45 RTL Aktuell 17.00 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ

20.15 Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare Show

22.15 RTL Direkt

22.35 stern TV Magazin Mod.: Steffen Hallaschka

0.00 RTL Nachtjournal

0.30 CSI: Miami Krimiserie

1.20 CSI: Miami Krimiserie

SAT.1 SAT.1

15.00 Auf Streife – Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 K11 18.00 Buchstaben Battle. Show 19.00 Buchstaben Battle 19.55 Sat.1 Nachrichten

20.15 The Taste Show. Jury: Tim Raue, Frank Rosin, Alexander Kumpfner, Alexander Herrmann, Martin Klein. Moderation: Angelina Kirsch

23.25 TopTen! Der Geschmacks-Countdown Die Gegenteilschou

0.25

PRO 7 PRO 7

15.05 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 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo

20.15 Young Sheldon Der Greisenbus und die Vorlesung am Telefon

20.40 Young Sheldon

21.10 Die Simpsons

21.40 Die Simpsons

22.10 The Big Bang Theory

22.35 The Big Bang Theory

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.55 Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken 16.55 RTLZWEI News 17.05 Waidendorf 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin – Tag & Nacht Doku-Soap

20.15 Die Reimanns – Ein außergewöhnliches Leben Doku-Soap

21.20 Die Reimanns – Ein außergewöhnliches Leben Doku-Soap

22.20 Die Stubers

23.25 Hartz und herzlich

1.15 Autopsie Dokureihe

VOX VOX

15.00 Shopping Queen 16.00 Zwischen Tüll und Tränen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 Bones 21.15 Bones 22.10 Bones 23.05 Bones 0.00 vox nachrichten 0.20 Medical Detectives 1.20 Medical Detectives

KABEL EINS KABEL EINS

15.50 News 16.00 Navy CIS: L.A. 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal „Frankenheim Kaarst“, Kaarst 18.55 Schrauben, sägen, siegen – Das Duell 20.15 Die Akte Jane Actionfilm, USA/GB 1997 23.00 X-Men Origins: Wolverine Sci-Fi-Film, USA/GB 2009 1.10 Watch Me

NDR NDR

18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 21.05 Unbekanntes Madagaskar 21.00 Unbekanntes Madagaskar 21.45 NDR Info 22.00 extra 3 Spezial 22.30 Kranitz – Bei Trennung Geld zurück 23.15 Zapp 23.45 Zapp Spezial 0.15 Mord mit Aussicht

3SAT 3SAT

18.30 nano 19.00 heute 19.18 3sat-Wetter 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Von Türken zu Almans 21.00 Neue Heimat Almania 21.45 Kultür für Deutschland 22.30 Der Pass 23.25 Die Entscheidung Melodram, D/A 2006 0.55 10vor10

WDR WDR

18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Doc Esser 21.45 WDR aktuell 22.15 CBD – ein Mittel gegen alles – ECHT? 22.45 Das Wikipedia Versprechen 23.30 Deutsche Raketen für Gaddafi 0.15 The Other Side of Everything. Dokumentarfilm, SRB 2017

ORF 2 ORF 2

19.23 Wetter 19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Programm nach Ansage 21.50 Autofocus 22.00 ZIB 2 22.30 WELTJournal 23.05 WELTJournal + 23.50 Programm nach Ansage 1.20 Programm nach Ansage 2.50 Autofocus

ARD

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



20.15 Der Bozen-Krimi Mord am Penser Joch Krimireihe, D 2021

21.45 Panorama Magazin

22.15 Tagesthemen

22.50 extra 3 Magazin

23.35 Drei. Zwo. Eins. Michl Müller Show

0.20 Nachtmagazin

ZDF

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 19.45 Gefährliches Spiel



20.15 Lena Lorenz Eltern für mein Kind

21.45 heute-journal

22.15 maybeit illner

23.15 Markus Lanz

0.30 heute journal update

0.45 Filmgorilla Magazin

0.55 Blutige Anfänger

1.40 Notruf Hafenkante

RTL

17.00 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.04 Klima Update 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare Show

21.15 Das Sommerhaus der Stars – Der Live Talk

22.15 RTL Direkt

22.35 Exklusiv spezial

23.15 RTL Topnews

0.00 RTL Nachtmagazin

SAT.1

15.00 Auf Streife – Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 K11 18.00 Buchstaben Battle. Show 19.00 Buchstaben Battle 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Harry Potter und der Gefangene von Askaban Fantasyfilm, GB/USA 2004

23.00 Phantastische Harry Potter Momente – Das große SAT.1 Spezial

0.00 Criminal Minds

1.00 Criminal Minds

PRO 7

15.35 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 Voice of Germany Blind Audition (5/10)

22.55 red. Magazin

23.55 Red Shot by MAC

0.25 Songs für die Ewigkeit Dokureihe

1.20 Zervakis & Opendhövel. Live. Magazin

3.00 10 Fakten Dokureihe

RTL ZWEI

14.55 Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken 16.55 RTLZWEI News 17.05 Waidendorf 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin – Tag & Nacht Doku-Soap



20.15 Hartes Deutschland – Leben im Brennpunkt Reportagereihe

22.15 Das Messie-Team – Start in ein neues Leben Doku-Soap

0.15 Der Trödeltrupp

1.10 Der Trödeltrupp

1.55 Der Trödeltrupp

VOX

17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates – Ein Tisch für zwei 19.05 Das perfekte Dinner 20.15 Stübchen langsam 3 – Jetzt erst recht Actionthriller, USA 1995. Mit Bruce Willis

22.55 James Bond 007: Skyfall Agentenfilm, USA/GB/TRK 2012 1.40 vox nachrichten



20.15 Toni, männlich, Hebamme Gestohlene Träume. Komödie, D 21

21.45 Tagesthemen

22.15 Tator: Wo ist nur mein Schatz geblieben? Krimireihe, D 2019

23.45 Maria Wern Schneeträume. Krimireihe, S 11

KABEL EINS

15.50 News 16.00 Navy CIS: L.A. 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Schrauben, sägen, siegen – Das Duell. Doku-Soap 20.15 Ab ins Kloster! – Rosenkranz statt Randalet 22.30 K1 Magazin 23.30 Achtung Abzocke – Betrüger auf der Spur 1.25 Kabel Eins Late News



20.15 Die Chefin Krimiserie. Trugbild

21.15 SOKO Leipzig Serie. Das ewige Leben

22.00 heute-journal

22.30 heute-show Show

23.00 ZDF Magazin Royale

23.30 aspekte Reihe

0.15 heute journal update

NDR

18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 mareTV 21.00 mareTV 21.45 NDR Info 22.00 Schmerzgrenze – Der Usedom-Krimi Kriminalfilm, D 2020 23.30 Großstadttrevier 0.20 Schmerzgrenze – Der Usedom-Krimi Kriminalfilm, D 2020 1.50 Zapp



20.15 Ninja Warrior Germany – Die stärkste Show Deutschlands Show. Vorrunde (2/7)

23.00 Date or Drop Show

0.00 RTL Nachtmagazin

0.30 RTL Topnews

1.10 Willkommen bei Mario Barth Show

3SAT

19.00 heute 19.18 3sat-Wetter 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Der Fahrrad-Boom – mobil auf zwei Rädern? 22.00 ZIB 2 22.25 Russlands Propagandamaschine 22.55 Halal – Das große Geschäft mit muslimischen Kunden 23.40 Zapp 0.10 10vor10



20.15 Die Gegenteilshow Show. Moderation: Daniel Boschmann

22.55 Halbension mit Schmitz Show

23.55 The Voice of Germany Blind Audition (4/10)

2.20 Sechserpack Show

2.50 Sechserpack Show

WDR

20.15 Quarks 21.00 Expeditionen ins Tierreich 21.45 WDR aktuell 22.15 Frau tv 22.45 Menschen hautnah 23.00 Menschen hautnah 23.15 Menschen hautnah 23.35 Menschen hautnah. Dokureihe 23.55 Petting statt Pershing Komödie, D 2018. Mit Anna Florkowski



20.15 Jack Reacher Actionthriller, USA 2012 Mit Tom Cruise. Regie: Christopher McQuarrie

22.50 Gemini Man Actionfilm, USA/CHN 2019

1.10 Gamer Actionthriller, USA 2009

2.45 Watch Me Magazin

ORF 2

19.23 Wetter 19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 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 Jetzt bringen wir unsere Männer um Krimikomödie, D/A 2001 1.35 Am Schauplatz



20.15 Hunter Killer Actionthriller, USA/GB/CHN/F 2018. Mit Gerard Butler

22.35 Crimson Tide – In tiefster Gefahr Thriller, USA 1995

1.10 Operation: Kingdom Thriller, USA/D/VAE 2007. Mit Jamie Foxx

ARD

17.00 Tagesschau 17.10 Brisant 17.47 Das Wetter im Ersten 17.50 Tagesschau 18.00 Sportschau 18.30 Sportschau 19.57 Lotto am Samstag 20.00 Tagesschau



20.15 Schlagerboom Mod.: Florian Silbereisen

23.30 Tagesthemen

23.50 Das Wort zum Sonn.

23.55 Ina Müller – das Konzert

0.55 Mordkommission Istanbul Transit Krimireihe, D 2012

ZDF

15.15 Bares für Rares 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute Xpress 17.05 Länderspiegel 17.35 plan b 18.05 SOKO Kitzbühel 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Der Bergdoktor



20.15 Friesland – Bis aufs Blut Krimi, D 2021

21.45 Der Kriminalist

22.45 heute-journal

23.00 Das aktuelle Sportstudio Fußball: Bundesliga, 9. Spieltag

0.25 heute Xpress

0.30 heute-show

RTL

15.45 Wir lieben Camping 16.45 Explosiv – Weekend 17.45 Exklusiv – Weekend 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.04 Klima Update 19.05 Life



20.15 Das Supertalent Show. Jury: Chantal Janzen, Michael Michalsky, Ehrlich Brothers. Mod.: Lola Weippert, Chris Tall

22.15 Take Me Out Show. Moderation: Jan Köppen

23.25 Date or Drop

0.30 Das Supertalent

SAT.1

16.58 So gesehen 17.00 Die Gemeinschaftspraxis 17.30 Die Gemeinschaftspraxis 18.00 Notfall – Die Rettungs-Spezialisten 18.55 Notfall – Die Rettungs-Spezialisten 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 San Andreas Katastrophenfilm, USA 2015 Mit Dwayne Johnson, Carla Gugino

22.35 Hitman – Jeder stirbt alleine Actionfilm, F/USA 2007

0.25 San Andreas Katastrophenfilm, USA 2015

PRO 7

15.40 Two and a Half Men 16.05 Two and a Half Men 16.35 Two and a Half Men 17.00 Mom 17.30 Mom 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 The Masked Singer Show. Moderation: Matthias Opendhövel

23.25 The Masked Singer – red. Spezial Magazin

23.55 Wer stiehlt die Show? Show

2.05 21 & Over Komödie, USA 2013

RTL ZWEI

15.15 Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt 16.15 Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken Doku-Soap 18.15 Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken Doku-Soap



20.15 Shutter Island Thriller, USA 2010

22.50 Die Frau in Schwarz Horrorfilm, USA/GB/CDN/S 2012

0.35 Der Hexenclub Horrorfilm, USA 1996

2.15 Shutter Island Thriller, USA 2010

ARD Das Erste

17.00 Brisant **17.30** Echtes Leben **18.00** Reportagerihe **17.59** Deutsche Fernsehlotterie **18.00** Tageschau **18.05** Bericht aus Berlin **18.30** Sportschau **19.20** Weltspiegel **20.00** Tagesschau



20.15 **Tatort: Blind Date** **20.15** Krimireihe, D 2021 Mit Heike Makatsch

21.45 **Anne Will** **22.45** **Tagesthemen** **23.05** **ttt-extra** **23.50** **Paula** Biografie, D/F 2016. Mit Carla Juri

1.45 **Tagesschau**

ZDF ZDF

17.10 sportstudio **reportage** **18.00** ZDF.reportage **18.30** Terra Xpress **18.55** Aktion Mensch Gewinner **19.00** heute **19.10** Berlin direkt **19.30** Terra X



20.15 **Marie fängt Feuer** Helden des Alltags Heimatfilm, D 2021 Mit Christine Eikenberger

21.45 **heute-journal** **22.15** **Spy City (2/3)** Thriller, D/GB/CZ 2020

23.45 **Precht** Gespräch **0.30** **heute Xpress**

RTL RTL

15.25 Die Versicherungsdetektive **16.25** Best of ...! **17.30** Ninja Warrior Germany Kids **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.05** Ninja Warrior Germany Kids Show



20.15 **Fifty Shades of Grey – Befreite Lust** Drama, USA 2018 Mit Dakota Johnson

22.20 **Halloween** Horrorthriller, USA 2018

0.25 **Fifty Shades of Grey – Befreite Lust** Drama, USA 2018

SAT.1 SAT.1

15.20 Harry Potter und der Gefangene von Askaban **17.30** Fantasyfilm, GB/USA 2004 **18.00** Das große LEGO Geheimnis – Warum die bunten Steine so faszinieren. Dokumentarfilm, D 2021 **19.55** Sat.1 Nachrichten



20.15 **The Voice of Germany** Blind Audition (6/10) Mit Sarah Connor. Coach: Johannes Oerding, Mark Forster, Nico Santos

23.00 **Let the music play – Das Hit Quiz Show** **0.00** **Let the music play – Das Hit Quiz Show**

PRO 7 PRO 7

16.00 Zervakis & Opdenhövel. Live... Magazin **17.55** Newstime **18.05** taif weekend. Magazin **19.05** Galileo Plus **20.00** Der Food Code – Der Schlüssel zum besten Essen (2/4)



20.15 **Jack Reacher: Kein Weg zurück** Actionfilm, USA/CHN 2016. Mit Tom Cruise

22.45 **John Wick** Actionthriller, USA/GB/CHN 2014. Mit Keanu Reeves

0.50 **Jack Reacher** Actionthriller, USA 2012

RTL ZWEI RTL ZWEI

15.15 Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken **17.15** Mein neuer Alter **18.05** Doku-Soap **18.15** GRIP – Das Motormagazin **18.45** Magazin. Moderation: Matthias Malmedie



20.15 **Happy Deathday** Horrorthriller, USA 2017 Mit Jessica Rothe. Regie: Christopher Landon

22.05 **Wahrheit oder Pflicht** Horrorthriller, USA 2018. Mit Lucy Hale

0.10 **Unknown User** Horrorthriller, RUS/USA 2014

ARD Das Erste

16.10 Verrückt nach Meer **17.00** Tagesschau **17.15** Brisant **17.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** Großstadtrevier **19.45** Wissen vor acht **19.50** Wetter **19.55** Börse **20.00** Tagesschau



20.15 **Schalom und Hallo – 1700 Jahre Jüdisches Leben in Deutschland** **21.45** **Exklusiv im Ersten** Die „Mocro-Mafia“

22.15 **Tagesthemen** **22.50** **Die Story im Ersten** **23.35** **Echtes Leben** **0.20** **Nachtmagazin**

ZDF ZDF

17.00 heute **17.10** hallo deutschland **17.15** heute **17.45** Leute heute **18.00** SOKO Potsdam **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Die Datenfälle – ausspioniert und abgeockt



20.15 **Bring mich nach Hause** Drama, D 2021 Mit Silke Bodenbender

21.45 **Zwischen den Welten** **22.15** **heute-journal** **22.45** **Bad Spies** Actionkomödie, CDN/USA/H 2018

0.30 **heute journal update**

RTL RTL

16.45 RTL Aktuell **17.00** Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exklusiv **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ



20.15 **RTL Spezial: R.E.B.E.C.C.A – Was geschah mit unserer Tochter?** Reportage

22.15 **RTL Direkt** **22.35** **Extra – Das RTL Mag.** Magazin

23.25 **Spiegel TV** Magazin **0.00** **RTL Nachtjournal**

SAT.1 SAT.1

15.00 Auf Streife – Die Spezialisten **16.00** Klinik am Südring **17.00** Lenßen übernimmt **17.30** K11 **18.00** Buchstaben Battle. Show **19.00** Buchstaben Battle **19.55** Sat.1 Nachrichten



20.15 **Die Herzblut-Aufgabe – Promis in der Pflege** Reportagerihe

22.45 **SAT.1 Reportage** **23.45** **SAT.1 Reportage** **0.45** **Lebensretter hautnah** Reportagerihe

2.30 **Auf Streife – Die Spezialisten**

PRO 7 PRO 7

15.35 The Big Bang Theory **16.00** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taif **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo



20.15 **Zervakis & Opdenhövel. Live** **22.10** **10 Fakten** Dokureihe **23.15** **Darüber staunt die Welt – Die verrücktesten Familien-Schlammassel Show** **1.30** **Wer stiehlt mir die Show?** Show

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.55 Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken **16.55** RTLZWEI News **17.05** Let's Love – Eine Hütte voller Liebe **18.05** Köln 50667 **19.05** Berlin – Tag & Nacht **20.00** Doku-Soap



20.15 **Die Wollnys – Eine schrecklich große Familie!** Doku-Soap Die Trennung von den Zwillingen ist schwer!

21.15 **Die Wollnys** Doku **22.15** **Bella Italia – Camping auf Deutsch** **0.15** **Hartes Deutschland**

ARD Das Erste

18.00 Wer weiß denn sowas? **18.50** WaPo Bodensee **19.45** Wissen vor acht – Natur **19.45** Magazin. Woher kommen Zoonosen? **19.50** Wetter **19.55** Börse **20.00** Tagesschau



20.15 **In aller Freundschaft** Der falsche Weg

21.00 **In aller Freundschaft** Alles in Scherben

21.45 **Tagesthemen** **22.00** **Sportschau** **23.30** **Uwe Seeler – Einer von uns** **0.00** **Nachtmagazin**

ZDF ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops **17.00** heute **17.10** hallo deutschland **17.15** heute **17.45** Leute heute **18.00** SOKO Köln **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Die Rosenheim-Cops



20.15 **Royale Ehefrauen – Von der Bürde, eine Windsor zu sein** Dokumentation

21.00 **frontal** Magazin **21.45** **heute-journal** **22.15** **Die letzten guten Tage** **22.45** **Markus Lanz** **0.00** **heute journal update**

RTL RTL

16.45 RTL Aktuell **17.00** Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exklusiv **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ



20.15 **Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare** Show

22.15 **RTL Direkt** **22.35** **Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare** Show

23.00 **Take Me Out** **0.10** **RTL Nachtjournal**

SAT.1 SAT.1

15.00 Auf Streife – Die Spezialisten **16.00** Klinik am Südring **17.00** Lenßen übernimmt **17.30** K11 **18.00** Buchstaben Battle. Show **19.00** Buchstaben Battle **19.55** Sat.1 Nachrichten



20.15 **Lebensretter hautnah – Wenn jede Sekunde zählt** Reportagerihe

22.20 **akte.** Magazin **23.20** **Focus TV – Reportage** **0.20** **SAT.1 Reportage** **1.20** **Die Herzblut-Aufgabe – Promis in der Pflege**

PRO 7 PRO 7

15.35 The Big Bang Theory **16.00** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taif **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo



20.15 **Wer ist das Phantom?** Show. Moderation: Steven Gätjen

22.35 **Late Night Berlin** **23.45** **The Voice of Germany** **1.55** **The Voice: Comeback Stage by SEAT** **2.10** **Spätnachrichten** **2.15** **The Masked Singer**

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.55 Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken **16.55** RTLZWEI News **17.05** Let's Love – Eine Hütte voller Liebe **18.05** Köln 50667 **19.05** Berlin – Tag & Nacht **20.00** Doku-Soap



20.15 **Hartz und herzlich** Dokureihe. Rückkehr nach Niedergörsdorf (3)

22.15 **Armes Deutschland – Stempeln oder abtrackern?** Dokureihe. Ehekrise statt Arbeit

0.15 **Autopsie – Mysteriöse Todesfälle** Dokureihe

ARD
16.10 Verrückt nach Meer **17.00** Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** Rentnercops **19.45** Sportchau vor acht **19.50** Wetter **19.55** Börse **20.00** Tagesschau

20.15 Fußball: DFB-Pokal **2. Hauptrunde: Borussia Mönchengladbach – FC Bayern München**

23.45 maischberger **1.00** Nachtmagazin **1.20** Donna Leon **2.00** Nobilität Krimireihe, D 2002 **2.50** Tagesschau

ZDF
17.00 heute **17.10** hallo deutschland **17.45** Leute heute **18.00** SOKO Wismar **18.50** Lotto **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Blutige Anfänger **20.00** Systemschwimmer

20.15 Da kommst du nie drauf! **20.15** Show Die große Show der schrägen Fragen

21.45 heute-journal **22.15** auslandsjournal **22.45** ZDFzoom **23.15** Markus Lanz **0.30** heute journal update

RTL
16.45 RTL Aktuell **17.00** Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exclusiv **18.45** RTL Aktuell **19.05** RTL Aktuell – Das Wetter **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ

20.15 Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare **20.15** Show Wer wird von den ursprünglich acht Paaren „Das Promipaar 2021,“?

22.15 RTL Direkt **22.35** stern TV **0.00** RTL Nachtjournal

SAT.1
15.00 Auf Streife – Die Spezialisten **16.00** Klinik am Südring **17.00** Lenßen übernimmt **17.30** K11 **18.00** Buchstaben Battle. Show **18.55** Buchstaben Battle. Show **19.55** Sat.1 Nachrichten

20.15 The Taste **20.15** Show: Jury: Tim Raue, Frank Rosin, Alexander Kumptner, Alexander Herrmann u.a.

23.25 TopTen! Der Geschmack-Countdown **0.25** Die Gegenteilshow **2.40** Auf Streife – Die Spezialisten

PRO 7
15.35 The Big Bang Theory **16.00** 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 Young Sheldon **20.40** Young Sheldon **21.10** Die Simpsons **21.40** Die Simpsons **22.10** The Big Bang Theory **22.35** The Big Bang Theory **23.00** The Big Bang Theory **23.25** The Big Bang Theory **23.50** Young Sheldon

RTL ZWEI
14.55 Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken **16.55** RTLZWEI News **17.05** Let's Love – Eine Hütte voller Liebe **18.05** Köln 50667 **19.05** Berlin – Tag & Nacht

20.15 Die Reimanns – Ein außergewöhnliches Leben **20.15** Die Reimanns – Ein außergewöhnliches Leben **20.15** Doku-Soap **22.20** Die Stubers **23.20** Hartz und herzlich **1.15** Autopsie Dokureihe

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

20.15 Charlotte Link – Die Suche (1/2) **20.15** Kriminalfilm, D 2021 **21.45** Monitor **20.15** Magazin Mod.: Georg Restle **22.15** Tagesthemen **22.50** extra 3 **23.35** Sträter **0.20** Nachtmagazin

ZDF
17.00 heute **17.10** hallo deutschland **17.45** Leute heute **18.00** SOKO Stuttgart **18.55** Mein Lokal, Dein Lokal **17.55** Achtung Kontrolle! **20.15** Air Force One **20.15** Actionthriller, USA/D 1997. Mit Harrison Ford. Regie: Wolfgang Petersen **22.55** Einsame Entscheidung **23.00** Actionthriller, USA 1996 **1.30** Watch Me

20.15 Lena Lorenz **20.15** Zerbrechliches Glück **21.45** heute-journal **22.15** maybrit illner **23.15** Markus Lanz **0.30** heute journal update **0.45** Filmgorillas **0.55** The Five – Drama in Westbridge

RTL
17.00 Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exclusiv **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.04** Klima Update **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ

20.15 Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare **22.15** RTL Direkt **22.35** Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare **23.15** RTL Topnews **0.00** RTL Nachtjournal

SAT.1
15.00 Auf Streife – Die Spezialisten **16.00** Klinik am Südring **17.00** Lenßen übernimmt **17.30** K11 **18.00** Buchstaben Battle. Show **19.00** Buchstaben Battle **19.55** Sat.1 Nachrichten

20.15 Harry Potter und der Feuerkelch **20.15** Fantasyfilm, USA/GB 2005 Mit Daniel Radcliffe **23.25** Die Vorsehung **1.15** Jack the Ripper – Eine Frau jagt einen Mörder **1.15** Thriller, D 2016

PRO 7
15.05 The Middle **15.35** The Big Bang Theory **16.00** 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 Voice of Germany **20.15** Blind Audition (7/10) **22.55** red. Magazin **23.55** Perfect Shot **0.25** Songs für die Ewigkeit Dokureihe **1.25** Zervakis & Opdenhövel. Live. **3.00** 10 Fakten Dokureihe

RTL ZWEI
14.55 Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken **16.55** RTLZWEI News **17.05** Let's Love – Eine Hütte voller Liebe **18.05** Köln 50667 **19.05** Berlin – Tag & Nacht

20.15 Hartes Deutschland – Leben im Brennpunkt **20.15** Leipzig **22.15** Das Messie-Team – Start in ein neues Leben **20.15** Doku-Soap **0.20** Der Trüdeltrupp **1.10** Der Trüdeltrupp **1.55** Der Trüdeltrupp

ARD
16.10 Verrückt nach Meer **17.00** Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** Quizzuell-Olymp **19.45** Sportchau vor acht **19.50** Wetter **19.55** Börse **20.00** Tagesschau

20.15 Servus, Schwiegermutter! **20.15** Komödie, D 2021 **21.45** Tagesthemen **22.15** Tatort: Die harte Kern **23.45** Maria Wern, Kripo Gotland **0.15** E schlaf der Tod. Krimireihe, S 2011

ZDF
16.10 Die Rosenheim-Cops **17.00** heute **17.10** hallo deutschland **17.45** Leute heute **18.00** SOKO Wien **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Bettys Diagnose

20.15 Die Chefin **20.15** Krimiserie, Murnau **21.15** SOKO Leipzig **22.00** heute-journal **22.30** heute-show **23.00** ZDF Magazin Royale **23.30** aspekte **0.15** heute journal update **0.30** Angeklagt! **0.30** Doku

RTL
16.45 RTL Aktuell **17.00** Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exclusiv **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ

20.15 Ninja Warrior Germany – Die stärkste Show Deutschlands **20.15** Show. Vorrunde (3/7) **23.00** Date or Drop **0.00** RTL Nachtjournal **0.30** RTL Topnews **1.10** Willkommen bei Mario Barth **0.15** Show

SAT.1
15.00 Auf Streife – Die Spezialisten **16.00** Klinik am Südring **17.00** Lenßen übernimmt **17.30** K11 **18.00** Buchstaben Battle. Show **19.00** Buchstaben Battle **19.55** Sat.1 Nachrichten

20.15 Die Gegenteilshow **20.15** Show. Moderation: Daniel Boschmann **22.55** Halbpension mit Schmitz **23.55** The Voice of Germany **1.40** John Wick **2.40** Sechserpack Show **2.45** Sechserpack Show

PRO 7
15.35 The Big Bang Theory **16.00** 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 Star Wars: Die letzten Jedi **20.15** Sci-Fi-Film, USA 2017. Mit Mark Hamill **23.20** Jack Reacher: Kein Weg zurück **23.20** Actionfilm, USA/CHN 2016 **1.40** John Wick **2.40** Actionthriller, USA/GB/CHN 2014. Mit Keanu Reeves

RTL ZWEI
14.55 Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken **16.55** RTLZWEI News **17.05** Let's Love – Eine Hütte voller Liebe **18.05** Köln 50667 **19.05** Berlin – Tag & Nacht

20.15 Armageddon – Das jüngste Gericht **20.15** Actionfilm, USA 1998 **23.10** Safe – Todsicher **23.10** Actionthriller, USA 2012 Mit Jason Statham **1.00** Die Säuberung **1.00** Sci-Fi-Horror, USA/F 2013

AKZENT - HOTELS -



Hier unser Gästemagazin
einfach downloaden



Telefon + 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 · Facebook · Instagram



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!**

