

Hotel AKZENTe



FEB. 2016

DEUTSCHLANDS
schönste
REISEZIELE!



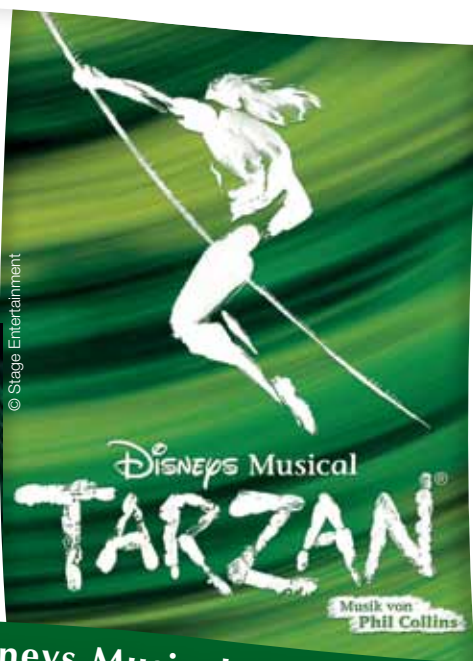
MASSAGEN



GESUNDES FRÜHSTÜCK



INTERVIEW MIT DEN AKZENTLERN



Ihr Gewinn: Disneys Musical TARZAN wartet auf Sie in Stuttgart!

| | | | | | | |
|----------------------------------|--------------------------|----------------------------|-------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|---------------------|
| Figur in „Des Teufels General“ | Reise-strecke | Musical Längen-maß-einheit | sub-tropische Eidechse | Trickkunst eines Zauberers im Varieté | franzö-sisches Weinbrand-zentrum | |
| franzö-sischer Wein-brand | 4 | | | | 1 | |
| Gesichts-farbe bei Verlegen-heit | | | | japan. Brettspiel kaputt (ugs.) | | |
| glatt und schlüpfrig | | | | | | |
| Flugsteig (englisch) | | | harz-reicher Kiefern-holzspan | | | |
| 3 | | | | | | |
| lang-weiliges Geschwätz | | | | | Stadt in Schleswig Holstein | |
| | digitale Leitung (Abk.) | | | EDV-Gerät (Abk.) | | |
| | | | | Polster-sitzbank | | |
| | | | | | 2 | indone-sische Münze |
| | kleiner Fluss in Baden | | | | | |
| | weibliches Märchen-wesen | | | | | |
| 5 | | | | | | |
| | | | | | | |

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

Ihr Hotel

Herzlich willkommen im **AKZENT** Hotel Möhringer Hof. Das 3-Sterne-Superior-Hotel ist ihr Geheimtipp Stuttgarts in Sachen Musicals und liegt nur 800 m vom SI-Centrum mit seinen beiden Musicaltheatern Apollo und Palladium entfernt. Zu Fuß ist es nur ein Katzensprung, am Wochenende bringt Sie der hauseigene Musicalshuttle bis direkt vor den Theatereingang. Stuttgart hat außer Musicals natürlich noch viel mehr zu bieten: einzigartige Automuseen wie Mercedes Benz oder Porsche, den Schlossplatz mit gigantischer Shoppingmeile, für Kunstbegeisterte die Staatsgalerie oder das neue Kunstmuseum, für Familien den zoologisch-botanischen Garten Wilhelma, zur Herbstzeit das zünftige Cannstatter Volksfest und zur Weihnachtszeit den weltbekannten Stuttgarter Weihnachtsmarkt.

Das Haus verfügt über 35 Zimmer, darunter ein behindertengerechtes, mehrere 3- oder 4-Bett-Zimmer sowie Familienzimmer mit Verbindungstür. 8 komplett möblierte Apartments stehen für unsere Langzeitgäste zur Verfügung, die des Berufes wegen ein ansprechendes Zuhause auf Zeit in Stuttgart suchen. Für unsere Hotelgäste beginnt der Morgen mit einem reichhaltigen Frühstück im hellen Wintergarten oder auf der gemütlichen Terrasse. Finnische Sauna und Dampfbad laden zum Entspannen ein. Ideal erreichbar ist das Haus von Familie Wegener: nur 1,5 km von der A 8 München-Karlsruhe/Heilbronn entfernt, nur 4 km von Flughafen und Neue Messe Stuttgart, vom Hbf Stuttgart reisen Sie bequem mit der U-Bahn in nur 25 Minuten zum Möhringer Hof.



AKZENT Hotel ★★★

Möhringer Hof

Hechinger Straße 64-68
70567 Stuttgart

Telefon: 0711 71 97 00

Email: info@hotel-moehringerhof.de

www.hotel-moehringerhof.de



Hier Hotelvideo ansehen!



Jetzt Fan werden!

Spielregeln

Gewinnen Sie als 1. Preis ein **Disneys Musical TARZAN** – Musicalarrangement im **AKZENT Hotel Möhringer Hof!** Dazu gehören jeweils eine Übernachtung im Doppelzimmer mit reichhaltigem Frühstück, ein Musicalticket **Disneys Musical TARZAN** in bester verfügbarer Preiskategorie inkl. aller verfügbarer Nebenkosten, jeweils für 2 Personen! Der 2. Preis ist ein wertvolles Überraschungsgeschenk. Senden Sie Ihre Lösung bis zum 28.02.2016 handschriftlich unter Angabe Ihrer Anschrift und eMail-Adresse an: **AKZENT Marketingzentrale - Stichwort „Kreuzwörterrätsel“ - Spitalstraße 1 - 38640 Goslar** oder per Mail an info@akzent.de mit dem Betreff „Kreuzwörterrätsel“. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Ja, ich möchte bis auf Weiteres den **AKZENT** Newsletter erhalten

AUSFÜLLEN UND EINSENDEN:
Lösungswort:

1 2 3 4 5

Viel Glück!

Liebe Leserinnen und Leser,

als Praktikantin des **AKZENT** Hotels e.V. möchte ich mich gern herzlich bei Ihnen vorstellen.

Ich unterstütze seit einem halben Jahr die **AKZENT** Hotel Marketingzentrale in Goslar. Ich habe einen guten Einblick in die Arbeitswelt bekommen, insbesondere natürlich im Marketingbereich.

Das Praktikum macht mir sehr viel Spaß und ich freue mich auf die nächsten Monate. Besonders gefallen mir die Wellness Angebote, da ich sehr von Massagen begeistert bin. In vielen der **AKZENT** Hotels werden Gesundheitsmassagen oder Gesichtsbearbeitungen angeboten.

Sie können Sauna-Landschaften besuchen, sich im Whirlpool entspannen, im Solarium schön braun werden, sich im Fitnessstudio auspowern oder im Hallenbad schwimmen gehen.

Ob Nord, West, Süd oder Ost, es ist in jeder Region etwas für Sie dabei!

DDrabb

Ihre Dominica Drab



Rätsel

Kreuzworträtsel mit tollen Preisen 2

Reisen

Die schönsten Reiseziele Deutschlands 4

Gesundheit und Wellness

Massagen in den **AKZENT** Hotels 10

Hotelportrait

AKZENT Vitalhotel König am Park 14

Kulinarisches

Gesundes Frühstück 16

Termine und Trends

Auto, Motor und Sport - I-Mobility in Stuttgart 18

AKZENT Aktuell

Interview mit **AKZENT**lern 20

Fernsehprogramm vom 1. – 26. Februar 2016 23

IMPRESSUM

HOTEL AKZENTE erscheint 12x jährlich. **HOTEL AKZENTE** erhalten Sie in allen **AKZENT** Hotels. Auf Wunsch ist ein Abo-Bezug per Post gegen Erstattung der Portokosten möglich. Bei Interesse wenden Sie sich bitte an Thomas Wiege, Tel. 0 54 59/ 80 50 19 0. © 2015 bei Gutverlag Druck & Medien. Eine Vervielfältigung, auch auszugsweise, ist nicht gestattet. **Herausgeber:** wiegedruckt, ein Geschäftsbereich der Druck- und Verlagshaus Wiege GmbH, Thomas Wiege | **Anschrift:** Herrenstraße 20 | 48477 Hörstel | **Telefon:** 05459/8050190 | **Fax:** 05459/80501929 | **www.wiegedruckt.com** | **Mail:** service@wiegedruckt.com | **Redaktion:** Benedikt Wilhelm Müschenborn | **Layout:** Sina Feldhaus und Jana Meyer | **Titelbild:** © fottoo - Fotolia.com | **Kleine Bilder vl:** © Africa Studio - Fotolia.com | © Christian Jung - Fotolia.com | © doris_bredow - Fotolia.com

KLASSE FÜR SICH*



© mac-ll-photo - Fotolia.com

DEUTSCHLANDS
schönste
REISEZIELE!

Kühlungsborn, Ostsee

Die schönsten Reiseziele Deutschlands

Warum weit in die Ferne schweifen, wenn Schönes so nah sein kann? Rund ein Drittel aller Deutschen verbringt den Urlaub im eigenen Land. Insgesamt nächtigten die Deutschen 2013/2014 rund 255 Millionen Mal in einheimischen Betten – Tendenz in den vergangenen Jahren steigend. Kein Wunder: Schließlich hat Deutschland allherhand zu bieten. Einzigartige Landschaften mit hochwertigen Wander- und Radwegen, das Meer im Norden, gewaltige Gipfel in den Alpen und noch vieles mehr – Deutschland präsentiert sich vielseitig. Das wissen nicht nur ausländische Gäste zu schätzen, sondern auch die Bundesbürger.

Bizarre Felsenwelten – Sächsische Schweiz

Die schönsten Felsenformationen des Landes finden Urlauber in der Sächsischen Schweiz. Die bizarren Formen der Felsen entwickelten sich in einer für Menschen kaum vorstellbaren Zeitspanne durch natürliche Erosion. Auf diese Weise vor Jahrhundertmillionen Jahren entstanden mutet das Elbsandsteingebirge nahe Dresden an wie eine Landschaft aus einer anderen Welt.

Sehenswerte Natur

Die Barbarine ist nicht nur eines der Wahrzeichen der Sächsischen Schweiz, sondern auch sagenumwoben. Die 42 Meter hohe Felsnadel soll eine zu Stein erstarrte Jungfrau sein, die ihre Mutter wegen Ungehorsams verwünscht hatte. Weltbekannt ist die Basteibrücke: Der Basteifelsen ist eines der meistbesuchten Ausflugsziele in der Sächsischen Schweiz und erscheint mit der märchenhaften Brücke wie aus einem Fantasyroman entnommen.

i

Weitere Informationen zu der Region, lohnenden Ausflugszielen und Sehenswürdigkeiten auf www.saechsische-schweiz.de

Hotels nahe der Sächsischen Schweiz

Gleich vier **AKZENT** Hotels bieten sich als Zuhause auf Zeit für Besucher der einzigartigen Region und Landschaft an: das **AKZENT** Hotel Am Goldenen Strauss in der Europastadt Görlitz, das **AKZENT** Hotel Am Husarenhof in der Stadt der Türme Bautzen und die beiden **AKZENT** Vier-Sterne-Häuser: das Congresshotel in Hoyerswerda und der Goldne Hirsch in der Lessingstadt Kamenz.

Ihre Gastgeber in der Region



AKZENT Hotel ★★★★★ 
Am Goldenen Strauss

Struvestraße 1
02826 Görlitz
Telefon: 03581 428 18 10
Email: hotel@stadthotel-goerlitz.de
www.stadthotel-goerlitz.de

Ihr Gastgeber
Herr Marth




AKZENT Hotel ★★★★★
Goldner Hirsch

Markt 10
01917 Kamenz
Telefon: 03578 7 8350
Mail: info@hotel-kamenz.de
www.hotel-kamenz.de

Ihr Gastgeber
Jens Ueberfuhr




AKZENT ★★★★★
Congresshotel Hoyerswerda

Dr.-Wilhelm-Külz-Straße 1
02977 Hoyerswerda
Telefon: 03571 46 30
Email: info@congresshotel-hoyerswerda.de
www.congresshotel-hoyerswerda.de

Ihr Gastgeber
Herr Höller



Erholung am Bodensee

Der größte und tiefste See, der – zumindest teilweise – in Deutschland liegt, ist der Bodensee. Der Name ist nicht mehr nur mit dem Gewässer verbunden. Längst hat sich die Region um den Drei-Länder-See als beliebtes Urlaubsziel etabliert. Doch der See ist fragil: Abtrag aus den Alpen schüttet die gewaltige Wasserfläche langsam aber sicher zu. Keine Sorge: Erst in mehreren zehntausend Jahren ist seine Existenz bedroht. Trotzdem lohnt es sich den See in der Zeit, die noch bleibt, ausgiebig zu nutzen.

AKZENT Hotels am Bodensee

Die Qual der Wahl haben Reisende beim Aussuchen des Hotels für den Aufenthalt am Bodensee. Mit Vier-Sterne-Komfort genügen die dortigen **AKZENT** Hotels auch höchsten Ansprüchen. Das **AKZENT** Hotel Wirthshof steht seit elf Jahren für familiäre Gastlichkeit. Im Hotel Altdorfer Hof erwartet Besucher individuelle Einrichtung in den komfortablen Zimmern. Direkt am See liegt das **AKZENT** Hotel Löwen in Langenargen – von den Balkons der maritim eingerichteten Zimmer genießen Gäste den Blick über die Weite des Wassers.



Ihre Gastgeber in der Region



AKZENT Hotel ★★★★★
Wirthshof

Stelbensteg 10
88677 Markdorf
Telefon: 07544 5 09 90
Email: info@hotel-wirthshof.de
www.wirthshof.de

Ihr Gastgeber
Familie Wirth




AKZENT Hotel ★★★★★
Löwen

Obere Seestraße 4
88085 Langenargen
Telefon: 07543 30 10
Email: info@loewen-langenargen.de
www.loewen-langenargen.de

Ihr Gastgeber
Familie Buck




AKZENT Hotel ★★★★★
Altdorfer Hof

Burachstraße 12
88250 Weingarten/Württemberg
Telefon: 0751 5 00 90
Mail: hotel@altdorfer-hof.de
www.altdorfer-hof.de

Ihr Gastgeber
Familie Unglert



Land der offenen Fernen

Malerische Grünlandschaften erkunden Naturliebhaber in der Rhön, dem 1500 Quadratkilometer großen Mittelgebirge an den Grenzen Bayerns, Hessens und Thüringens. Seit 1991 zählt die UNESCO die Rhön als Biosphärenreservat. Das „Land der offenen Fernen“ bietet von seinen bis zu fast 1.000 Meter hohen Gipfeln einmalige Ausblicke auf die umliegende Natur. Vom Gläserberg in der Thüringer Rhön können Besucher bei guter Sicht den Blick bis zur Wartburg schweifen lassen.

AKZENT Hotels bei der Rhön

Nahe dem Land der offenen Fernen liegen das **AKZENT** Landhotel Thüringer Hof, das mit Vier-Sterne-Komfort und frischer Luft in den Kurort Ostheim vor der Rhön lockt, und das **AKZENT** Hotel Stadt Schlüchtern. Das **AKZENT** Hotel im gleichnamigen Ort bietet seinen Gästen Drei-Sterne-Superior-Zimmer und eine zentrale Lage zwischen Spessart, Rhön und Vogelsberg.

Ihre Gastgeber in der Region



AKZENT Landhotel ★★★★★ Thüringer Hof

Kleiner Burgweg 10
97645 Ostheim von der Rhön
Telefon: 09777 / 357760
Email: info@landhotel-thueringer-hof.de
www.landhotel-thueringer-hof.de



AKZENT Hotel ★★★ Stadt Schlüchtern

Breitenbacher Str. 5
36381 Schlüchtern
Telefon: 06661 74 78 80
Email: info@hotel-stadt-schluechtern.de
www.hotel-stadt-schluechtern.de



Auf Wandersfüßen

Aber nicht nur für fantastische Aussichten ist die Rhön gut: Die Wanderwege der Region laden zu Erkundungstouren ein. Der bekannteste ist der Hochrhöner, der die drei höchsten Punkte der drei Bundesländer miteinander verbindet – die Wasserkuppe in Hessen, den Kreuzberg in Bayern und den Ellenbogen in Thüringen. Der Hochrhöner zählt zu den absolut schönsten Wanderstrecken im gesamten Bundesgebiet und weiß auch in der Wanderqualität dank strenger Kriterien zu überzeugen.



Weitere Informationen zur Rhön sind zu finden auf www.rhoen.de

Vier Türme öffnen ihre Pforten

Hunderte Delitzscher und Gäste der Stadt erklimmen in dieser Nacht die Türme. Von 18-22 Uhr haben Mutige die Möglichkeit kostenlos den Breiten und Halleschen Turm sowie den Kirchturm der Stadtkirche und den Schlossturm zu besteigen. Auch die Händler der Innenstadt öffnen bis 22 Uhr ihre Geschäfte und sorgen für das leibliche Wohl. Das **AKZENT** Hotel Delitzsch bietet Ihnen einen ruhigen und entspannten Ausgangspunkt um die Besonderheiten der Nacht der Türme zu genießen.



© Stadt Delitzsch

Die Nacht der Türme



AKZENT Hotel ★★★ Delitzsch

Grünstraße 43
04509 Delitzsch/Leipzig
Telefon: 034202 81 10
Email: info@hotel-delitzsch.de
www.hotel-delitzsch.de



Ihre Gastgeber
Frau Tiesler und Team

»Nacht der Türme«

Erleben Sie das interessanteste Wochenende am 4. März in Delitzsch mit der Erklimmung der 4 Delitzscher Türme und einem Dinner bei griechischer Gastlichkeit.

LEISTUNGEN:

- 2x Übernachtungen
- 2x Frühstücksbuffet
- 1x 3-Gang-Menü bei griechischer Gastlichkeit
- Tageszeitungen und Zeitschriften
- Kostenloser Hotelparkplatz direkt am Hotel
- Veranstaltungspläne, Karten- und Informationsmaterial über Delitzsch, Leipzig und die Region;

Doppelzimmer p.P. **92,00 €**

Thüringer Wald im Herzen Deutschlands

Wahrlich naturgewaltig ist der Thüringer Wald nordöstlich der Rhön. Die Landschaft ist zusammengesetzt aus ausgedehnten Wäldern mit vorwiegend Fichtenbestand und blühenden Wiesen. Im Winter kommen Freunde des weißen Sports dort voll auf ihre Kosten: Die gut präparierten Loipen der Region laden ein, die Langlaufski anzuschlappen und die winterlich-weiße Umgebung zu erkunden. Ein Highlight ist auch das Schneeschuhwandern durch unberührte Natur. Bei Frühlingstemperaturen locken aber auch die einmaligen Wanderwege in den Thüringer Wald.

Der Rennsteig

Gleich mehrere Naturparks nennt das Mittelgebirge sein Eigen. Der Rennsteig, der zu Recht bekannteste Wanderweg Deutschlands, verbindet drei der Naturparks miteinander und bietet auf diese Weise hautnah einzigartige Natur. Dass sich das herumgesprochen hat, belegen jährlich rund 100.000 Wanderer auf den Pfaden des Rennsteigs.

Mit einer Geschichte, die bis ins 14. Jahrhundert zurückreicht, ist die Route der älteste Weitwanderweg Deutschlands. Mit der Sage um den Rennsteig verbunden ist die Tradition, am Startpunkt an der Werra einen Stein aus dem Fluss zu nehmen, ihn bis an das Ende der 170 Kilometer langen Strecke mit sich zu führen und dort ins Wasser der Saale zu werfen. Wer ungern zu Fuß unterwegs ist, braucht nicht verzagen: Auch mit dem Zweirad ist der Rennsteig ein Erlebnis.

i

Weitere Informationen zu den Sehenswürdigkeiten des Thüringer Walds und zum Rennsteig auf www.thueringer-wald.com.



Die AKZENT Hotels beim Thüringer Wald

Nahe des bezaubernden Fachwerkstädtchens Schmalkalden liegt das **AKZENT Aktiv & Vital Hotel Thüringen**. Von dort gelangen Aktivurlauber ideal zum nahen Rennsteig und anderen Wanderwegen. Die malerische Natur des Thüringer Waldes können Besucher auch nahe des **AKZENT Hotels zur Post** in Tabarz mitten im Naturpark Thüringer Wald erkunden. Natürlich bietet sich von beiden Hotels auch ein Ausflug zur nahen Rhön an.

Ihre Gastgeber in der Region



AKZENT ★★★★★
Aktiv & Vital Hotel Thüringen

Notstraße 33
98574 Schmalkalden
Telefon: 036 83 46 65 70
Email: info@aktivhotel-thueringen.de
www.aktivhotel-thueringen.de





AKZENT Hotel ★★★★★
Zur Post

Lauchgrundstraße 16
99891 Tabarz
Telefon: 036259 66 60
Email: info@hotel-tabarz.de
www.hotel-tabarz.de







© der.damr - Fotolia.com

Zugspitze

Auf zu Deutschlands höchsten Bergen

In einer Auflistung der schönsten Reiseziele im Bundesgebiet dürfen natürlich die deutschen Alpen nicht fehlen. Besondere Erlebnisse und Ausblicke verspricht das Zugspitzland rund um Deutschlands höchsten Gipfel. Mit fast 3.000 Metern Höhe bietet sich von der Zugspitzstation bei idealen Wetterbedingungen eine weite Aussicht auf die umliegenden Berge und Täler. Das 360-Grad-Panorama befähigt Besucher einen einmaligen Rundumblick zu genießen. Hinauf zum höchsten Punkt Deutschlands gelangen Besucher mit der Gletscherbahn, die über 1.000 Meter Luftseil zur Station führt. Seit 1992 ist sie in Betrieb und kann bis zu 1.000 Personen pro Stunde in eine der beiden Richtungen befördern.

Im Winter wie im Sommer

Das Skigebiet rund um die Zugspitze in Garmisch-Partenkirchen ist eines der besten Deutschlands. Nicht umsonst ist der Ort ein Mekka des Wintersports und zu Großereignissen gibt sich dort regelmäßig die Weltelite die Klinke in die Hand. Bei Frühlings- und Sommertemperaturen offenbart sich im Zugspitzland eine vielseitige Natur, die über Tausende von Jahren ihre imposante Form annahm. Nicht nur hoch hinaus, sondern auch tief hinunter geht es in den Alpen: Der Höllentalklamm bei Grainau oder der Partnachklamm in der Nähe des Zugspitzortes sind eindrucksvolle Schluchten, deren Aushöhlung allein durch Wasser geschah. Zu den Attraktionen des Zugspitzlands gehören aber auch weltbe-

kannte Sehenswürdigkeiten: Architektonisch Wertvolles sehen Besucher unter anderem mit den Schlössern des Märchenkönigs Ludwig II. Das bekannteste Schloss der Welt, Neuschwanstein, diente schon seit seinem Erbau als Quell der Inspiration für märchenhafte Geschichten und Sagen.

i


Informationen zum Zugspitzland und seinen Sehenswürdigkeiten auf www.zugspitzland.de

Das Hotel im Zugspitzland

Einen passenderen Namen hätte niemand für das Garmisch-Partenkirchener **AKZENT** Hotel Schatten finden können. Denn genau diesen werfen die höchsten Gipfel Deutschlands sinnbildlich auf den Gasthof. Das Haus im urigen bayerischen Landhaus-Stil schafft nicht nur äußerlich, sondern auch in seinen Räumlichkeiten eine lebendige Verbingung aus bayerischer Tradition und modernem Hotelkomfort.



Ihre Gastgeber
Familie Baudrexl

AKZENT Hotel ★★★ 
Schatten

Sonnenbergstraße 10-12
82467 Garmisch-Partenkirchen
Telefon: 08821 943 0890
Email: info@hotel-schatten.de
www.hotel-schatten.de





Lebensraum am Meer

Wer an Nationalparks denkt, assoziiert ausgedehnte Waldflächen und wunderschöne Hügellandschaften. Doch der größte Nationalpark in Deutschland sieht anders aus, als es die Meisten vermuten: Seit dem Inkrafttreten des zweiten Nationalparkgesetzes Ende des Jahres 1999 ist das Wattenmeer der mit Abstand größte Nationalpark auf dem Bundesgebiet. Auch wenn es keine grünen Waldflächen zu bieten hat, so ist es doch ein Hort einzigartige Natur.

Auf 8.000 Quadratkilometern tummeln sich Millionen Lebewesen, die sich teilweise auf erstaunliche Weise an die Bedingungen im Watt angepasst haben. Denn die Lebensbedingungen verändern sich zwei Mal am Tag drastisch: Wenn die Ebbe das Wasser entzieht, können Wattwanderer mit den kundigen Wattführern die fruchtbare Natur im Watt aus nächster Nähe beobachten. Würmer, Krebse und kleine Fische nutzen den Lebensraum Watt.

Die AKZENT Hotels am Wattenmeer


An den Stränden des niedersächsischen und schleswig-holsteinischen Wattenmeeres begrüßen gleich drei **AKZENT** Hotels ihre Gäste. Im Nordseeheilbad Biusum erleben Erholungssuchende eine entspannte Atmosphäre im **AKZENT** Hotel Dorn. Auf dem Eiland Baltrum warten Zimmer im **AKZENT** Hotel Seehof auf interessierte Inselurlauber. Von den **AKZENT** Strandhotels See-

stern & Delphin erreichen Besucher nicht nur alle Attraktionen Wilhelmshavens zügig, sondern auch das Naturschauspiel Wattenmeer.

Ihre Gastgeber in der Region



Ihre Gastgeber
Familie Mennen

AKZENT Hotel ★★★ 
Seehof Baltrum

Westdorf 86
26579 Nordseeheilbad Baltrum
Telefon: 04939 249
Email: info@seehof-baltrum.de
www.seehof-baltrum.de



AKZENT Strandhotels ★★★ 
Seestern & Delphin

Südstrand 116 / 118
26382 Wilhelmshaven
Telefon: 04421 941 00
Email: info@hoteldelphin.de
www.hoteldelphin.de



Ihre Gastgeber
Familie Dorn

AKZENT Hotel ★★★
Dorn

Deichstraße 15
25761 Biusum
Telefon: 04834 60 30
Email: info@hoteldorn.de
www.hoteldorn.de





Lassen Sie sich verwöhnen!

Massagen in den AKZENT Hotels

Wie keine andere Hotelkooperation steht die **AKZENT** Familie für eine gastliche und persönliche Atmosphäre. Die familiengeführten Hotels stellen sich ideal auf die Bedürfnisse und Wünsche der Gäste ein. Um ihnen Erholung und Entspannung zu bieten, haben die meisten **AKZENT** Hotels eigene Wellnessbereiche, in denen Gäste Körper und Geist die oft notwendige Pause gönnen. Geübte Hände können bei Massagen die ein oder andere durch Stress verhärtete Muskulatur lösen, so dass sich Ver- in Entspannung verwandelt und die Zeit in den deutschen Urlaubsregionen perfekt zum Energietanken genutzt werden kann.

Die Kraft des Salzes

Ganz im Zeichen des Salzes steht das passende Arrangement des **AKZENT** Hotels Berlin im Kurort Bad Bevensen. Gäste des familiär geführten Drei-Sterne-Hotels erhalten freien Zugang zur nur 100 Meter entfernten Jod-Sole-Therme, die Bad Bevensen nach der Entdeckung zweier Heilquellen in und um das Stadtgebiet zum Kurort machte. Dort finden Erholungssuchende eine Vielzahl verschiedener Anwendungen rund um das Salz – und sei es nur das Bad in der Heilssole. Aber auch im Hotel selbst können Besucher die Wirkung des Salzes im positiven Sinne zu spüren bekommen: Der Gesundheitsmassage verleiht das weiße Gold die nötige Würze und verspricht Entspannung auf höchstem Niveau

– und die ist in jedem Urlaub in wahrsten Sinne des Wortes das Salz in der Suppe.



Ihre Gastgeber
Familie Narres

AKZENT Hotel ★★★ Berlin

Alter Wiesenweg 11
29549 Bad Bevensen

Telefon: 05821 5060

Email: info@hotel-berlin-bad-bevensen.de
www.hotel-berlin-bad-bevensen.de



»Weißes Gold«

Erleben Sie 5 Tage ganz im Zeichen des weißen Goldes der Lüneburger Heide: Dem Salz!

LEISTUNGEN:

- | | |
|---|-------------------|
| ■ 5x Übernachtungen | ■ 1x Salzgrotte |
| ■ 5x Frühstücksbuffet | ■ 1x Salinarium |
| ■ 4x Abendessen im Rahmen der Halbpens. (2 Gang Menü) | Doppelzimmer p.P. |
| ■ 1x "Salzmenü" am letzten Abend | ab 339,00 € (NS) |
| ■ 1x Gesundheitsmassage mit Salz | ab 349,00 € (HS) |
| | Einzelzimmer p.P. |
| | ab 395,00 € (NS) |
| | ab 439,00 € (HS) |

Aktivurlaub und Wellness in Thüringen

Das „grüne Herz Deutschlands“ Thüringen präsentiert sich im Frühling und Sommer mit blühender Flora und ausgedehnten Wäldern als wahres Paradies für Wanderer. In der kalten Jahreszeit bietet sich Wintersportlern ein wahres Füllhorn an Betätigungsmöglichkeiten. Mitverantwortlich für erfolgreiche Aktivurlaube im Thüringer Wald zeichnet sich das **AKZENT** Aktiv & Vital Hotel Thüringen. Das Vier-Sterne-Haus sorgt mit geführten Schneeschuhwanderungen im Winter und angeleiteten Wander- und Nordic-Walking-Touren für ein abwechslungsreiches Programm zu jeder Jahreszeit. Damit die Erholung nicht zu kurz kommt, genießen Gäste den großzügigen Wellnessbereich des Hauses. Im Angebot sind natürlich auch eine Vielzahl verschiedener Massagen, die Entspannung für Körper und Geist versprechen. Ob Hot-Stone-Anwendung, Aromaöl- oder Fußreflexzonenmassage: Verschiedene Entspannungsbedürfnisse deckt das Aktiv & Vital Hotel ab.



AKZENT ★★★★★
Aktiv & Vital Hotel Thüringen

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

Ihre Gastgeber
Familie Schienemann



che Betätigung. Das umfangreiche Massage- und Kosmetikangebot verbreitet zusätzlich innerlich spürbare und äußerlich anzusehende Entspannung. Ein Lächeln auf das Gesicht der Gäste zaubert das Arrangement des „Smiling-Wochenendes“, das eine 20-minütige Teilmassage beinhaltet. Daneben bietet das Vier-Sterne-Haus noch eine 40-minütige Vollmassage mit Pflegeöl, eine Komplettmassage mit Aromaöl und eine Fußreflexzonenmassage an, die die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert.



AKZENT Hotel ★★★★★
Haus Surendorff

Dinglingsweg 1
49565 Bramsche
Telefon: 05461 93020
Email: info@hotelsurendorff.de
www.hotelsurendorff.de

Ihre Gastgeber
Familie Surendorff & Team



»Smiling-Wochenende«

Lächelnd werden Sie unser Hotel nach diesem Wochenende verlassen. Rundum fit gemacht begeben Sie sich frisch gestärkt und zufrieden wieder in den Alltag.

LEISTUNGEN:

- 2x Übernachtungen im DZ
 - 2x Frühstücksbuffet
 - Begrüßungscocktail serviert in unserer Lounge
 - 3-Gang-Fitnessmenü
 - 4-Gang-Schlemmermenü
 - Benutzung unseres Wellness-Carré
 - eine Benutzung der Whirlpoolwanne
 - eine Teilmassage
 - Morgenkaffee im Wellness-Carré
- Doppelzimmer p.P. **175,00 €**

»Winter-Wellness-Schnäppchen«



Genießen Sie den Winter! Mit unseren Winterschnäppchen lassen Sie sich richtig verwöhnen und entspannen bei einer wohltuenden Massage. Schwimmen Sie ein paar Bahnen im Pool oder wärmen Sie sich nach einer Winterwanderung in unseren Saunen so richtig auf. Mit unseren hausgebackenen Blechkuchen verwöhnen wir auch Ihren Gaumen.

LEISTUNGEN:

- 2x Übernachtungen
 - 2x Vitalfrühstücksbuffet inkl. Kaffeespezialitäten
 - kuscheliger Leihbademantel
 - 1x Aromaölmassage p.P. (ca. 20 min)
 - 1x Begrüßungsdrink
 - 1x Kaffee & Kuchen p. Person
 - kostenfreie Nutzung des Saunabereiches
 - kostenfreie Nutzung des Hallenbades
 - 10% Rabatt auf im Voraus gebuchte Massagen
 - kostenfreier Parkplatz am Hotel
- Buchbar vom 01.10.15 - 30.04.16.
Doppelzimmer p.P. ab **99,00 €**

Glück finden in Bramsche

Am Rande des Höhenzuges Gehn liegt das **AKZENT** Hotel Surendorff in idyllischer Lage. Nicht nur deswegen erleben Gäste dort eine erholsame Zeit: Der 300 Quadratmeter große Wellnessbereich überzeugt mit einer Auswahl an verschiedenen Saunen, einem Whirlpool, einem Indoor-Schwimmbad und einem Fitnessbereich für die sportli-



Wellness am Meer

Direkt am Ostseestrand auf Deutschlands größter Insel wartet das **AKZENT Waldhotel** im Ostseebad Göhren auf seine Gäste. Das Vier-Sterne-Hotel verfügt nicht nur über einen Strandzugang, der es erlaubt vom Hotel aus ausgedehnte Spaziergänge an der wunderschönen Ostseeküste zu unternehmen, sondern auch über eine ausgezeichnete Auswahl an Wellnessanwendungen und Erholungsmöglichkeiten. In den fünf verschiedenen Saunen des angeschlossenen, über 1.000 Quadratmeter großen Wellnesscenters, finden Freunde der Schwitzstuben garantiert die passende für sich. Im mit 28 Grad wohltemperierten Schwimmbad ziehen sportliche Schwimmer ihre Bahnen. Im Whirlpool können Gäste alleine oder zu zweit gemütliche Stunden verbringen. Auf die Wirkung des gesunden Sanddorn setzen die Massagen der Rügener Wellness-Romantik-Tage. Bei der Sanddornöl-Ganzkörpermassage kneten geübte Hände 30 Minuten lang Verspannungen aus der Muskulatur. Die Sanddornöl-Kreidepackung im Wasserbett verbreitet Entspannung und setzt zusätzlich zum Vitamin-C-haltigen Ölweidengewächs auf die Kraft der Rügener Heilkreide.



AKZENT ★★★★★ 
Waldhotel Göhren GmbH
 Waldstraße 7
 18586 Ostseebad Göhren
Telefon: 038308 5 05 00
Email: urlaub@waldhotelgoehren.de
www.waldhotelgoehren.de



»Rügener Wellness Romantik Tage«

Sie suchen ein lauschiges Plätzchen für einen Kuschelurlaub mit Ihrem Liebsten? Sie brauchen eine große Portion Wellness und Romantik, um mal wieder richtig auszuspannen? Oder möchten Sie einfach nur mal ein romantisches Wochenende zu zweit verbringen? – Lassen Sie sich von uns verwöhnen und vergessen Sie Ihre Alltagsorgen, erleben Sie unsere Rügener Wellness Romantik Tage.

LEISTUNGEN:

- 2x Übernachtungen
- 2x Frühstücksbuffet
- 1x Sanddornöl-Kreidepackung im Wasserbett 25 Min.
- 1x Ganzkörpermassage mit Sanddornöl 30 Min.
- Nutzung der Sauna-Welt (5 verschiedene Saunen)
- Nutzung Schwimmbad und Whirl-Pool
- Leihbademantel

Doppelzimmer p.P.
 ab **139,00 €/Tag**

Erholung pur

Die neun Heilbäder und Kurorte an der Schwäbischen Bäderstraße sind von Haus aus Quelle der Erholung. Von Überlingen am Bodensee bis ins Allgäu verbindet sie der 250 Kilometer lange Bäderradweg. Unweit des Startpunktes liegt das beschauliche Weingarten, in dem das **AKZENT Hotel Altdorfer Hof**, als eines der Gründungsmitglieder der Hotelkooperation, um die Bedürfnisse seiner Besucher weiß. Die Nähe zum Bodensee und zu den pulsierenden Städten Friedrichshafen und Ravensburg weiß die Gäste zu überzeugen. Vom Altdorfer Hof als Ausgangspunkt lassen sich aufregende Ausflugsziele in der Drei-Länder-Region um den Bodensee ideal ansteuern.

Den Alltag lassen die Gäste nicht nur bei abwechslungsreicher Freizeitgestaltung, sondern auch bei erholsamen Massagen hinter sich. Bei der halbstündigen Verwöhnmassage knetet der Masseur des Hauses den Alltagsstress aus geschundenen Muskeln.



AKZENT Hotel ★★★★★
Altdorfer Hof
 Burachstraße 12
 88250 Weingarten/Württemberg
Telefon: 0751 50090
Mail: hotel@altdorfer-hof.de
www.altdorfer-hof.de

Ihre Gastgeber
 Familie Unglert



»Wellness entlang der Schwäbischen Bäderstraße«

Wir freuen uns Sie in unserer atemberaubenden Region begrüßen zu dürfen. Einfach Abtauchen und Entspannen in den Bädern von Oberschwaben und am Bodensee. Pauschale nach Rücksprache und Verfügbarkeit buchbar. Gültig bis Ende 2016.

LEISTUNGEN:

- 2x Übernachtungen
- 2x Frühstücksbuffet
- 1x erfrischender Begrüßungscocktail
- 1x Fitnessmenü
- ½ Stunde pro Person Verwöhnmassage von unserem Masseur
- Inkl. Badeschlappen, Bademantel (leihweise) und Mineralwasser
- Kartenmaterial und freundliche Beratung inklusive

Doppelzimmer p.P.

ab **179,00 €**



Erfrischend natürlich

Das Mittelgebirge des Bayerischen Waldes ist ein natürliches Kleinod an der Grenze Bayerns zu Tschechien. In den gewaltigen grünen Waldlandschaften erleben Besucher erholsame Tage vor atemberaubender Kulisse. Solange die stimmt, kann den Urlaub nichts mehr verderben.

Das **AKZENT** Hotel Antoniusshof tut allerdings alles dafür, um die Region zu einem Zuhause auf Zeit werden zu lassen. Zusätzliche Entspannung verspricht die einmalige Honigmassage: Der Bienensaft aktiviert mit seinen Inhaltsstoffen, Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, Fructose und freien Aminosäuren die Durchblutung aller Organe. Gleichzeitig nimmt er Schadstoffe vom Körper auf. Auf hochwertigen Inhalt setzt auch die Gertraud-Gruber-Kosmetik, die in der Beauty- und Kosmetik-Oase des Antoniusshof zum Einsatz kommt.





AKZENT Hotel ★★★★★ 
Antoniusshof

Unterer Marktplatz 12
 94513 Schönberg b. Grafenau
Telefon: 08554 944 98 90
Email: info@hotel-antoniushof.de
www.hotel-antoniushof.de



Ihre Gastgeber
 Familie Giffhorn & Posch



AKZENT Hotel ★★★★★ 
Forellenhof Rössle

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



Ihre Gastgeber
 Familien Gumpper & Stoll

Wellness auf dem Dach

Außergewöhnlich und einfallsreich zeigt sich das **AKZENT** Hotel & Restaurant Forellenhof Rössle. In dem Namen klingt schon durch: Die Spezialität des Hauses ist der Fisch aus der Familie der Lachse. Aus eigener Zucht stammen die Tiere, aus denen die Küche des Hauses schmackhafte Gerichte zaubert.

Nicht nur in kulinarischer Hinsicht misst sich das Hotel auf höchstem Niveau. Die Wellness-Burg auf dem Dach des Forellenhof lässt den Alltag vergessen. Bäder, Saunagänge und vieles mehr erlauben es den Gästen die Seele baumeln zu lassen. Im passenden Arrangement enthalten, ist eine Ganzkörpermassage, die mit sanftem Druck Entspannung für Körper und Seele verspricht.

»Genieß' die Zweisamkeit«

LEISTUNGEN:

- 3x Übernachtungen
- 3x Frühstück vom Vital-Frühstücksbuffet
- 2 x Biosphären-Verwöhn-Menü
- 1 x Candle-Light-Menü mit den passenden Weinen zu jedem Gang
- 1 x Sprudelbad (ca. 30 Min.)
- 1 x Ganzkörpermassage (ca. 60 Min.)
- 1 x Maniküre oder Pediküre zur Wahl
- Freie Nutzung des Sauna- und Dampfbadbereiches
- Bademantel und Saunatücher für die Dauer Ihres Aufenthaltes

Doppelzimmer p.P.

ab 425,00 €



Japangarten in Bad Mergentheim



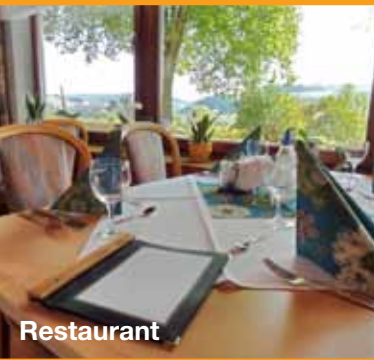
Sauna



Zimmer



Idyllische Außenansicht



Restaurant



Pool



Bad Mergentheim



Kurpark Bad Mergentheim



Terasse

AKZENT Vitalhotel König

Urlaub wie ein „König“ – im Taubertal

Urlaub wie ein „König“ – im Taubertal

Im Lieblichen Taubertal im Nordosten Baden-Württembergs bietet das **AKZENT Vitalhotel König** am Park Besuchern ein Zuhause auf Zeit. In den Einzel- und Doppelzimmern, sowie der Juniorsuite des Hauses genießen Gäste unvergessliche Tage inmitten malerischer Natur. Der Namenszusatz „am Park“ ist bescheidener Ausdruck der fantastischen Lage des **AKZENT** Hotels: Rund um das Haus finden Erholungssuchende zahlreiche Möglichkeiten zur Entspannung im 16.000 Quadratmeter großen Hauspark.

Kuren, die höchsten Ansprüchen genügen

Nicht nur tun sich im Taubertal einzigartige Landschaften vor den Augen der Besucher auf: Urlaubsreisenden bietet sich eine große Palette an Wellness- und Gesundheitsanwendungen. In wenigen Gehminuten ist der nahe Kurpark zu erreichen. Bad Mergentheim, Standort des **AKZENT** Hotels, ist nicht nur die größte, sondern auch eine der bedeutendsten Kurstädte im Südwesten der Republik. Im Idyll des 170.000 Quadratmeter großen Kurparks finden Gäste Ruhe und Erholung. Diese verbreitet sich nicht nur durch die Kuranwendungen, sondern auch durch das lauschige Ambiente der Anlage. Der Japangarten verzaubert Besucher mit kleinen Wasserfällen, Exemplaren exotischer, japanischer Pflanzen und der Granit-Bogenbrücke – hier kommt echtes Japan-Flair auf. 30 verschiedene Sorten der Königin der Blumen finden sich zudem im Rosengarten. Von dort führt der mäandrierende Rosenbachlauf über Brunnenbecken zum Café Amadeus, das im Biergarten und im Innenbereich zu gemütlichen Stunden bei Kalt- oder Warmgetränk einlädt und außerdem eine Auswahl an schmackhaften Kuchen und kleinen Snacks bereithält. Zentrum des Kurparks in Bad Mergentheim ist allerdings die Wandelhalle. Der Veranstaltungsort bietet an fünf Tagen in der Woche musikalische Hochgenüsse: Die Kurkonzerte des Kur- und Salonorchesters Hungarica begeistern regelmäßig die Zuschauer und Kurgäste.

Das 16.000 qm große Grundstück des Hotels grenzt direkt an den Jacobsweg, den Panoramaweg Taubertal, Nordic Walkin Strecken sowie das unter Naturschutz stehende Erlenbachtal an. Der 5-Sterne Radweg "Liebliches Taubertal" (einziger vom ADFC mit 5-Sterne ausgezeichnete Weg) führt ebenfalls am Hotel vorbei.

Heilkräftige Wässer

Zwischen Wandelhalle und Café genießen Besucher eines der gesunden Wässer aus den drei Bad Mergentheimer Quellen im Brunnentempel. Mit einem Behälter können sie das gesundungsverprechende Nass direkt aus einem der Hähne trinken. Neben den drei Heilwasserquellen zum Trinken bietet sich in Bad Mergentheim auch eine Heilsole für äußere Wellnessanwendungen. Die Solymar Therme ist ebenfalls in wenigen Gehminuten erreichbar. Das Heilwasser stammt aus der Paulsquelle. Linderung verspricht die Sole bei Haut-, Atemwegs- und Gelenkerkrankungen verschiedener Art. Ihre Heilwirkung zieht sie aus ihren Inhaltsstoffen: In dem salzigen Wasser sind die Minerale Magnesium, Calcium und Lithium enthalten. Zusätzlich zum Bad in der Sole können Besucher der Therme im Sportbecken ihren Körper ertüchtigen. Die kleinen Gäste vergnügen sich mit Wasserspielen im Kinderbereich. Saunafreunde erleben Schwitzspaß unterschiedlicher Intensität in den verschiede-

nen Saunen und nicht fehlen dürfen in dem Wellnesshaus selbstverständlich eine Auswahl an entspannenden Massagen.

Wellness und Gesundheit

Auch im **AKZENT Vitalhotel König** selbst finden die Gäste ein breites Wellnessangebot vor. Die Saunalandschaft hält, neben der klassischen finnischen Sauna, eine Bio-Schwitzstube und die ins Auge fallende Holzfasssauna mit Holzofen bereit. Außerdem umfasst das Sauna-Angebot im Haus eine Infrarotkabine von Physiotherm in der Sonderausführung "Luis Trenker". Im Schwimmbad betätigen sich Tüchtige beim Aqua-Riding, dem Radfahren im Wasser, sportlich. Pool, Sauna und Infrarotkabine sind kostenfrei nutzbar. Verschiedene Massagen versprechen Entspannung für Körper und Geist: Die Hot-Stone-Massage nutzt die wohltuende Wärme heißer Steine auf der Haut. Die Fußreflexzonenbehandlung aktiviert körpereigene Kräfte zur Entspannung und Gesundheit. Ayurvedische Behandlungen setzen auf indische Heilkunst. Jahrtausendealtes Wissen kommt auch bei der traditionellen Chinesischen Medizin zum Einsatz, die im Haus ebenfalls Anwendung finden kann. Akupunktur-, Kräuter- und Tuinatherapie sind erfolgsversprechende Alternativen zur Schulmedizin.

Freizeitabwechslung ohne Gleichen

Wer Erholung aktiv angehen möchte, freut sich über die vielseitigen hauseigenen Möglichkeiten: Im Freizeitbereich messen sich Gäste beim Air-Hockey, Dart, Flipper, am Multi-Game-Arcade oder am Tisch-Kicker. Auch das Sportangebot im Haus kann sich sehen lassen: Nordic Walking, Aquafitness QiGong, TaiChi und vieles mehr steht auf dem Programm der Gesundheitskurse des Vitalhotels. Teuer muss ein Aufenthalt im Drei-Sterne-Hotel inklusive Training übrigens nicht sein: Die Gesundheitskurse mit QiGong, Aquafitness und anderen Methoden sind durch Krankenkassen bezuschussungsfähig. Auch Arbeitgeber können lohnsteuerfrei und sozialversicherungsfrei solche Kurse bezuschussen – mit bis zu 500 Euro pro Arbeitnehmer und Jahr. Auf diese Weise lässt sich der Urlaub befreit genießen – zum Beispiel beim Wandern. Durch das Taubertal verläuft die Romantische Straße: Der gleichnamige Weitwanderweg bietet am Wegesrand architektonische Highlights Süddeutschlands – von den natürlichen Schauwerten ganz zu schweigen.

Wer lieber motorisiert unterwegs ist, kann im **AKZENT Vitalhotel** im kultigen Cabrio-Roller oder im dreirädrigen Morgan Threewheeler die Straßen der Region erkunden. Nach ereignisreichen Tagen entspannen sich Urlauber in der Panorama-Lounge auf dem Dach des **AKZENT** Hotels bei einem leckerem Getränk. Die Region lockt mit malerischer Natur, Wellness, Kuren und fantastischen Freizeitangeboten. Hören Sie den Ruf? Auf ins Liebliche Taubertal!



Weitere Informationen und Angebote finden Sie auf www.vital-koenig.de.

Ihr Gastgeber in der Region



AKZENT Vitalhotel ★★★ König am Park

Erlenbachweg 21
97980 Bad Mergentheim
Telefon: 07931 5440
Email: mail@vitalhotel-koenig.de
www.vitalhotel-koenig.de

Ihre Gastgeber
Familie Jurgan-König





» FIT IN DEN TAG « GESUNDES FRÜHSTÜCK



Das weiß jedes Kind: Frühstücke wie ein Kaiser, iss mittags wie ein König und abends wie ein Bettler. Eine Regel, die Generationen weitertrugen und nach denen sich viele richten – oder es zumindest ihren Kindern predigen. Ob die Redewendung ihre Gültigkeit behalten kann und mit modernen ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen in Einklang zu bringen ist und wie überhaupt ein gesundes Frühstück aussehen kann oder sollte, erfahren Interessierte hier.

KONZENTRATION AM FRÜHEN MORGEN

Wer das Frühstück auslässt, kann die Folgen schnell merken: Beim Morgenmeeting schweifen die Gedanken zu häufig ab, die neuen Lateinvokabeln kommen einem nur noch Spanisch vor oder die Kaffeemaschine wird schon mal ohne das Pulver angestellt.

Kurz: Konzentriertes Arbeiten sieht anders aus. Woran liegt das? Über Nacht entleeren sich die Energiespeicher des Körpers. Am Morgen operieren wir dann auf Sparflamme. Wer keine Energie am Frühstückstisch tankt, hat so nicht genügend Kraft, um Fehler zu vermeiden. Deswegen ist die erste Mahlzeit am Tag für alle unverzichtbar, die schon früh Höchstleistungen bringen müssen.

Besonders kurz halten nur die Energiespeicher von Kindern. Deswegen ist gerade für sie das Frühstück am Morgen unverzichtbar. Ansonsten könnten die Schulleistungen unter der schwachen Konzentration nach dem ausgelassenen Frühstück leiden.

DAS RICHTIGE FRÜHSTÜCK

Darf man denn – getreu dem Sprichwort – wie ein Kaiser morgens der Völlerei fröhnen? Etwas Zurückhaltung ist durchaus angebracht. Denn am Ende des Tages ist für die Gewichtszu- oder abnahme entscheidend, wie viel Kalorien im Vergleich zum eigenen Verbrauch zugeführt wurden. Irrelevant ist dabei, wann ihre Einnahme geschah.

Außerdem hält besonders zuckerhaltiges nicht lange vor: Weizenprodukte und süße Snacks geben dem Körper zwar schnell Energie, ihre Wirkung hält aber nicht über viele Stunden. Deshalb kann dann auf den Energieschub schnell der Morgenhänger folgen. Vollkornprodukte fordern die Verdauung deutlich länger und

geben auf diese Weise gleichmäßig Energie über einen längeren Zeitraum: Das bedeutet zwar kein schnelles Hoch, aber verhindert auch das Tief. Deswegen raten Ernährungswissenschaftler vor allem zu Vollkornvarianten. Dazu sollte jeder genügend Vitamine zu sich nehmen, um auch diese Speicher morgens wieder aufzufüllen. Das geht zum Beispiel mit frischem Obst, Gemüse und Milch.

DEN HEIßHUNGER VERHINDERN

Studien zeigen, dass Nicht-Frühstücker häufig im Laufe des Tages mit Heißhungerattacken zu kämpfen haben. Wer das verhindern will, sollte deshalb zumindest eine kleine Mahlzeit am Morgen zu sich nehmen. Natürlich gibt es auch Menschen, denen morgens einfach nichts schmecken mag.

Abhilfe kann schaffen, es sich besonders schön zu machen und sich selbst Leibspeisen, die frühstückskompatibel sind, zu servieren. Ernährungsexperten empfehlen übrigens zusätzlich zu den drei Standardmahlzeiten, die natürlich nicht übermäßig üppig ausfallen sollten, zwei kleinere Zwischenmahlzeiten einzunehmen – ein Stück Obst zwischendurch bringt den Kreislauf in Schwung und ist gesund. Viele Deutsche nehmen ohnehin zu wenig Obst (nur rund 800 Gramm im Jahr) zu sich.

Wer auf seine Gesundheit achtet und richtig isst, kann schon beim Wohlbefinden deutlich spürbare Erfolge ausmachen.

ABENDS WIE EIN BETTLER

Geklärt scheint nun: Das Frühstück ist tatsächlich von hoher Wichtigkeit. Aber wie sieht es mit dem Abendessen aus? Sollte abends auf zu viel Essen verzichtet werden? In aktuellen Studien gibt es Hinweise, dass abendliche Vieleser schlechter schlafen, da der Körper den Stoffwechsel auf Volltouren weiterlaufen lässt. Wer spät abends nichts mehr oder wenig isst, verhindert das und kann womöglich so einen gesunderen Schlaf ermöglichen.

Aber auch hier gilt: Wem es nur darum geht, nicht zuzunehmen oder sogar Gewicht zu verlieren, kann unabhängig vom Zeitpunkt der Nahrungsaufnahme Erfolg haben. Bis heute ist die Frage der Ernährung nicht abschließend geklärt und ernährungswissenschaftliche Studien können nur Hinweise geben.

FRÜHSTÜCK IN DEN AKZENT HOTELS

Die freie Wahl haben Gäste der **AKZENT** Hotels beim Frühstück: Viele Mitglieder der Kooperation bieten reichhaltige Büfets am Morgen an. Im Angebot sind dabei natürlich alle Standards. Ein gesundes Frühstück ermöglicht die Auswahl in den **AKZENT** Hotels selbstverständlich. Auf diese Weise sind Reisende gut gestärkt für die Erlebnisse des Tages.

Das Hotel Am Hohenzollernplatz in Bonn-Bad Godesberg setzt auf Honig aus der Imkerei Schuth: Nicht nur vitaminreich ist der Blütensaft. Dank einer biologisch-ökologischen Bewirtschaftung kann das ökologische Gewissen rein bleiben. Wechselnd finden Gäste des **AKZENT** Hotels auch regionale Produkte, zum Beispiel aus dem eigenen Garten – wie das schmackhafte Traubengelee.




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




Ihre Gastgeber
Kai & Björn Grube




BEEREN-MAGERQUARK MIT BROTSTÜCKEN




Zubereitungszeit:
ca. 5 Minuten




Personen:
Für 1 Person



Schwierigkeitsgrad:
Leicht



© samopausen - Fotolia.com



Zutaten

- 70 Gramm Himbeeren
- 100 Gramm Magerquark
- 2 EL Joghurt
- 5 Teelöffel Kirschkonfitüre
- 1 Scheibe Vollkornbrot

© isarpic - Fotolia.com

Zu einem vollwertigen Frühstück verbinden lassen sich die notwendigen Nährstoffe natürlich auch in einem Gericht. Schnell und einfach zubereiten lässt sich ein Beeren-Quark mit Brotstücken. Darin enthalten sind viele Vitamine, notwendige Kohlenhydrate, Fette und es sättigt über einen langen Zeitraum dank Brot auf Vollkornbasis.

UND SO GEHT'S:

Große Kochkünste sind bei der Zubereitung des Quarks nicht von Nöten: Schließlich muss es am Morgen oft schnell gehen. Einfach Quark, die Kirschkonfitüre und den Joghurt in einer Schüssel verrühren, die Himbeeren und in Streifen geschnittenes Brot dazugeben – und genießen! Jetzt können die Herausforderungen des Tages kommen.



© pico - Fotolia.com

BEWEGTE ZUKUNFT – AUTO, MOTOR UND SPORT:



© md3d - Fotolia.com

I-MOBILITY IN STUTTGART

Vom 31. März bis zum 3. April 2016 können sich die Besucher der Messe "Auto, Motor und Sport: I-Mobility" in Stuttgart mit den Fortbewegungsmitteln der Zukunft auseinandersetzen. Angesichts knapper werdender fossiler Brennstoffe bewegt die Mobilitätsbranche in den letzten Jahren vor allem eines: Wie schaffen wir es unseren Grad an Mobilität beizubehalten, während der Wechsel von alten zu neuen Energien vollzogen wird? Findige Ingenieure und Forscher bieten Lösungskonzepte, die es teilweise schon zur Marktreife gebracht haben. Vor einigen Jahrzehnten hätte kaum jemand geglaubt, dass Ideen wie Carsharing Zukunft haben könnten.

E-MOBILITÄT IN DER PRAXIS

Der Trend geht hin zu alternativen Brennstoffen und Antrieben: Vor allem im Bereich der Leihautos sind beispielsweise E-Motoren definitiv angekommen. Gewöhnen müssen sich Autofans noch an die leise Art der Fortbewegung, aber in Sachen Praktikabilität und Ausdauer sind E-Autos mittlerweile zur ernsthaften Konkurrenz für ihre Pendanten mit Verbrennungsmotoren geworden. Tüfteln müssen die Automobilhersteller noch an Systemen zur Aufladung – Ladestationen im gesamten Stadtgebiet, Wechselbatterien und vieles mehr: an Ideen mangelt es zumindest nicht. Gerade bei geliehenen Autos müssen sich Verbraucher darüber keine Sorgen machen. Um die leeren Akkus muss sich dann schließlich der Verleiher kümmern.

FORTBEWEGUNG NEU GEDACHT

Wie es um den Stand der E-Autos steht und was Hybrid-, Gas- und Wasserstoffmotoren leisten können, erfahren interessierte Messebesucher auf der I-Mobility ebenso, wie sich Infrastruktur für neue Bewegungsmodelle der alternative Fortbewegung in Zukunft verändern muss. Die Branche ist gerade im Bereich der Entwicklung von Konzepten wie Carsharing in den letzten Jahren umtriebiger. Brauchen bald noch alle Menschen, vor allem in Großstädten, ein eigenes Auto? Ergeben sich nicht vielleicht sogar Vorteile beim geteilten Modell? Gerade, da unsere moderne Welt eine immer umfangreichere Re-Technisierung erfährt, sind Alternativen zum privaten Auto denkbar.

VERKEHRSKONZEPTE DER ZUKUNFT

Weiterhin nicht zu vernachlässigen sind auch Veränderungen der Verkehrsnetze im öffentlichen Nahverkehr. Wie der ÖPNV der Zukunft aussehen kann, erfahren Besucher an den passenden Ständen der Aussteller. Ideen liefern die Aussteller auch der Politik. Baden-Württembergs Verkehrsminister Hermann zeigte sich zum Abschluss der letztjährigen Messe zukunftsgerichtet: „Die i-Mobility hat mir gezeigt: Die Zukunft beginnt Realität zu werden. Elektroautos, Hybridbusse, Carsharing oder Bürgerbusse sind Antworten auf die drängende Frage, wie wir den Verkehr umweltfreundlich gestalten können. Etwa ein Drittel der Treibhausgase wird in Baden-Württemberg durch den Verkehr verursacht. Um die Abhängigkeit vom eigenen Pkw zu senken, stärkt das Verkehrsministerium die Alternativen: Im ländlichen Raum fördern wir beispielsweise emissionsarme Regionalbus-Linien.“ Es ist an den Verantwortlichen in

Politik und Wirtschaft Ideen in ihre Planung aufzunehmen und in die Tat umzusetzen und nicht nur gute Vorsätze bleiben zu lassen.

TESTPARCOURS

„Nur gucken, nicht anfassen“ – der berühmte Werbeslogan einer bekannten deutschen Biermarke besitzt keine Gültigkeit während der I-Mobility auf dem Messegelände in Stuttgart. Um ausgiebig interessante und zukunftsfähige Vehikel – von E-Auto bis Bike – zu testen, nutzen Besucher die eigens dazu angelegte Teststrecke, die sich auch schon in den vergangenen Jahren als Publikumsbeliebter herausgestellt hat. Das bestätigt Steffen Baur, Leiter Marketing-Kommunikation bei der Motorpresse: „Wir sind mit dem Verlauf, den Zahlen und der Frequenz in der Halle sehr zufrieden. Gerade bei den Automobilherstellern Audi, BMW, Daimler, Porsche und Volkswagen haben wir während der Messe ein sehr positives Feedback bekommen. Die Möglichkeit zum Testen kommt hervorragend bei Ausstellern und Besuchern an.“

VIelfältiges Programm

Neben Eindrücken, wie Mobilität perspektivisch aussehen kann, bietet die "Auto, Motor und Sport: I-Mobility" natürlich auch ein buntes Rahmenprogramm. Wissenswertes und Denkanstöße liefern die interessanten Vorträge von Experten auf der Forumsbühne.

FRUHLAHRSMESSEN IN STUTTGART

Während der I-Mobility finden im Rahmen der Stuttgarter Frühjahrs-messen 7 weitere Ausstellungen auf dem Gelände statt. Inhaltlicher Verknüpfungspunkt ist das Thema „Nachhaltigkeit“. So sind neben der I-Mobility-Messe, die sich mit dem Thema Mobilität in all ihren Ausgestaltungen beschäftigt, noch Messen zu den Gegenständen Slow-Food, Yoga, Garten und mehr zu finden.



Weitere Informationen zu den Frühjahrs-messen 2016 und zur I-Mobility in Stuttgart auf www.messe-stuttgart.de.

Ihre Gastgeber in der Region



Ihre Gastgeber
Familie Wegener

AKZENT Hotel ★★★ **Möhringer Hof**

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



Ihr Gastgeber
Herr Hempel

AKZENT Hotel ★★★ **Torgauer Hof**

Hirsauer Straße 10
71063 Sindelfingen
Telefon: 07031 930 00
Email: info@torgauer-hof.de
www.torgauer-hof.de





© zhu difeng - Fotolia.com

AKZENT Hotels vorgestellt



Außenansicht- Hotel Residenz



Doppelzimmer - Hotel Residenz



Gute Küche - Hotel Residenz

Über 60 Prozent der Deutschen verreisen am liebsten in heimische Gefilde. Die Unterkunft der Wahl sind die **AKZENT** Hotels. Nahezu flächendeckend über ganz Deutschland verteilt, liegen diese ganz nah an den interessanten Urlaubsregionen. Besucher genießen die Gastlichkeit der familiengeführten Häuser und schätzen den persönlichen Charme der einzelnen Hotels. Keines gleicht dem anderen, jedes ist ein ganz besonderes Erlebnis. In puncto Komfort und Hotelstandard können sich Urlaubsreisende jedoch auf einen hohen gemeinsamen Nenner verlassen. Genau aus diesem Grund bleibt es bei Vielen nicht bei einem einmaligen Besuch im **AKZENT** Hotel. Aus der Erfahrung der Hoteliers heraus ist die Quote der Stammgäste hoch. Wer in einem Hotel gute Erlebnisse hatte, findet oft auch den Weg in ein anderes **AKZENT** Hotel. Denn schöne Aufenthalte bleiben beim Besuch eines der Häuser nie aus. Bei insgesamt 87 Kooperationsmitgliedern im gesamten Bundesgebiet ist es aber nicht leicht den Überblick zu behalten. Auf den folgenden Seiten stellen wir deshalb zwei **AKZENT** Hotels genauer vor, damit zukünftige Gäste einen Einblick erhalten können.

Mecklenburg Hof ist seit 2003 im Besitz der Familie Weber – und ist ein echter Familienbetrieb. Madeleine Weber ist für Buchhaltung und Personal zuständig, ihr Mann Steffen Weber für Marketing und Verkauf. Unterstützt wird er vom ältesten Sohn Carsten, der sich auch um den Bereich Onlinemarketing kümmert. Gäste genießen nicht nur den weißen Ostseestrand nahe des Hotels. Wahre Gaumenschmäuse finden Genussmenschen im Fischrestaurant des Hotels Residenz. Dort serviert das Küchenteam stets frischen Fisch und das ganze Jahr über saisonale Highlights. Im Februar ist Grünkohlzeit: Dementsprechend deftige Gerichte zaubern die Köche des **AKZENT** Hotels auf die Teller der Gäste. Nach erholsamen oder ereignisreichen Tagen – je nach Geschmack – finden sie den idealen abendlichen Ausklang in der hauseigenen Bar 1-2-3. Die Weinkarte hält für jeden Geschmack etwas bereit. Nicht fehlen dürfen natürlich auch eine große Auswahl an Spirituosen, Longdrinks und leckeren Cocktails.

Rede & Antwort – AKZENT Hotels packen aus!

Im Gespräch mit Hotel **AKZENT**e stehen das Hotel Residenz an der Ostsee und der Antoniushof in Schönberg Rede und Antwort. Die Ansprechpartner der familiengeführten Hotels haben Interessantes aus ihrer Region zu berichten und können selbst am besten das Lebens- und Urlaubsgefühl in ihren Häusern beschreiben – aus diesem Grund kommen sie zu Wort!

Hotel Residenz an der Ostsee

An der wunderschönen Ostsee im Heilbad Graal-Müritz begrüßt das **AKZENT** Hotel Residenz seine Gäste. Den behaglich-familiären Charakter erleben Urlauber im Drei-Sterne-Superior-Hotels in den 64 komfortabel eingerichteten Zimmern des Hauses. Seit 1894 ist an gleicher Stelle ein Hotelbetrieb zu finden. Das ehemalige Grand Hotel

Carsten Weber, Marketing & Sales

Was macht ihr Hotel aus?

Familiengeführt, gepflegte Gastlichkeit, erstklassiger Service, exzellente Küche im hauseigenen Fischrestaurant PESCADO.

Das Besondere bei uns ist...

die traumhafte Lage nur 200 Meter von der Seebrücke und dem weißen Ostseestrand entfernt. Außerdem das Seeheilklima durch die Mischung aus salzhaltiger See- und sauberer Waldluft.

In unserer Umgebung...

gibt es viel zu entdecken: Die pulsierende Hansestadt Rostock mit all ihren Attraktionen, das Ostseebad Warnemünde mit den Wahrzeichen Leuchtturm und Teepott, einem der berühmtesten Beispiele der Hyparschalenarchitektur, Karl's Erlebnis-Dorf, die Halbinsel Fischland-Darß-Zingst und mit der Rostocker Heide den größten Küstenwald Deutschlands.

Gibt es eine Anekdote, die hängengeblieben ist?

Das Grand Hotel Mecklenburger Hof war in Graal-Müritz das erste Haus mit elektrischem Strom. Der damalige Besitzer hatte ein großes Aggregat auf dem Hof stehen und konnte damit das Haus mit elektrischem Licht versorgen, was in dieser Zeit eine absolute Sensation war.

Ihr Gastgeber in der Region



AKZENT Hotel ★★★ 
Residenz Graal Müritz

Zur Seebrücke 34
18181 Graal Müritz
Telefon: 03820 67 44 70
Email: info@residenz-hotel-graal-mueritz.de
www.residenz-hotel-graal-mueritz.de



Wild und romantisch – Antoniushof im Bayerwald

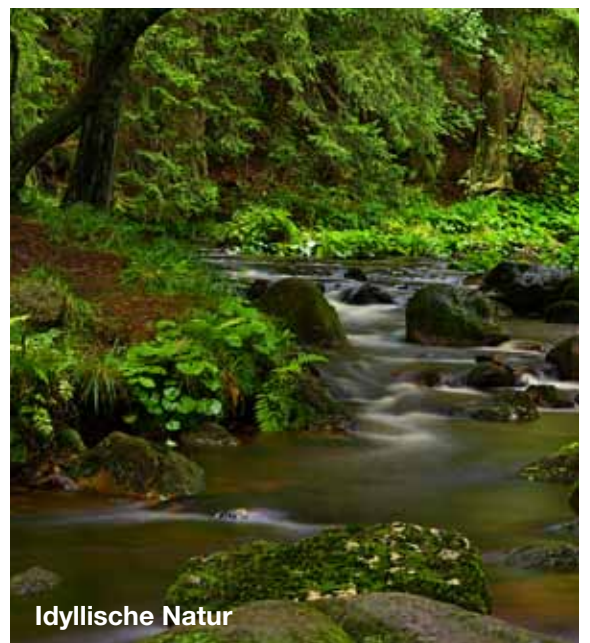
Im bezaubernden Schönberg im Bayerischen Wald warten die Familien Giffhorn und Posch im **AKZENT** Hotel Antoniushof auf ihre Gäste. Mit vereinten Kräften und viel Hingabe schaffen sie Urlaubern ein Zuhause auf Zeit in dem Drei-Sterne-Superior-Hotel im bayerischen Landhausstil. Das Hotel begrüßte nach acht Jahren Stillstand erstmals wieder am Ende des Jahres 2007 erste Gäste – im Juli desselben Jahres kauften die Familien Giffhorn und Posch das Haus und führen es seitdem unter dem Motto „Wohlfühlen und Entspannen“. Das gelingt besonders gut für alltagsgestresste Erwachsene, denn das Hotel ist kinderfrei. Nachgeholfen wird mit professionellen Wellnessbehandlungen zudem im hauseigenen Wellnessbereich. Verschiedene Arrangements enthalten ein breites Angebot an erholenden Anwendungen. Bei Massagen kneten geübte Hände hartnä-



Außenansicht - Hotel Antoniushof



Zimmer - Hotel Antoniushof



Idyllische Natur

ckige Verspannungen aus der Muskulatur. In der Saunalandschaft mit Infrarotkabine und Finnischer Sauna schwitzen Besucher den Alltagsstress einfach aus. Im angenehm temperierten Hallenbad genießen Gäste das Schwimmen im Nass. Für das weitere leibliche Wohl ist das hauseigene Restaurant zuständig: BavaStria tischt eine Melange aus dem Besten aus bayerischer Wirtshauskultur und österreichischer Küche auf: Bayerische Gemütlichkeit trifft auf österreichische Tradition.

Familien Giffhorn und Posch

Was macht ihr Hotel aus?

Wir kümmern uns gezielt um die Bedürfnisse erholungssuchender Erwachsener – Romantik, Wellness und natürlich viel wilde Natur mit der größten Nationalparkregion Europas. Die ideale Lage in den Bergen mit dem Markt Schönberg lässt das bayerische Lebensgefühl aufleben und mit dem Konzept unserer deutsch-österreichischen Küche auch auf dem Gaumen erleben.

Das Besondere bei uns ist...

das wir das erste kinderfreie Hotel im südlichen Bayerischen Wald sind und natürlich unsere enge Verbundenheit mit der Nationalparkregion. Der Antoniushof ist Partner des Nationalparks und schon seit 2008 mit dem Bayerischen Umweltsiegel in Gold ausgezeichnet.

In unserer Umgebung...

...wird es wild und traumhaft romantisch. Die unberührte Waldwildnis macht deutsche Märchen wie Hänsel & Gretel oder Sagengestalten wie das Einhorn fühlbar. Die Kraft der sich selbst überlassenen Natur bringt Ruhe in die Seele und Energie ins Herz.



AKZENT Hotel ★★★ 

Antoniushof

Unterer Marktplatz 12
94513 Schönberg b. Grafenau
Telefon: 08554 944 98 90
Email: info@hotel-antoniushof.de
www.hotel-antoniushof.de



| | | | | | | |
|---|---|--|--|--|--|----------------------|
| <p>ARD 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Gefragt - Gejagt 18.50 Großstadtrevier 19.45 Wissen vor acht - Zukunft 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau</p> | <p>ARD 15.00 heute Xpress 15.05 Bares für Rares 16.00 heute 16.10 Soko Wien 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.05 Soko München 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Wiso</p> | <p>ZDF 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten</p> | <p>RTL 17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten</p> | <p>SAT.1 15.10 2 Broke Girls 15.35 The Big Bang Theory 16.00 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo</p> | <p>PRO 7 14.55 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 15.55 Next, Please! 17.00 Die Straßencops 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter</p> | <p>RTL II</p> |
|---|---|--|--|--|--|----------------------|

| | | | | | |
|---|--|--|---|---|---|
|  <p>20.15 #Beckmann 21.00 Hart aber fair 22.15 Tagesthemen 22.45 Im Nebel des Krieges 23.30 Glanz und Elend eines Weltkonzerns - 100 Jahre BMW 0.15 Nachtmagazin</p> |  <p>20.15 Nachtschicht - Der letzte Job 21.15 heute-journal 21.45 heute-journal 22.15 Jussi Adler-Olsen: Schändung 0.05 heute+ Nachrichten</p> |  <p>20.15 Wer wird Millionär? 21.15 Undercover Boss 22.15 Extra - Das RTL Magazin Boulevardmagazin 23.30 30 Minuten 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter 0.30 10 vor 11 Kulturmagazin</p> |  <p>20.15 Castle Krimiserie 21.15 Castle Krimiserie 22.15 Elementary Krimiserie 23.15 Navy CIS Krimiserie 0.10 Criminal Minds 1.10 Castle Krimiserie 1.55 Castle Krimiserie 2.40 Elementary Krimiserie 3.20 Navy CIS Krimiserie</p> |  <p>20.15 The Big Bang Theory 20.40 The Big Bang Theory 21.10 The Big Bang Theory 21.35 The Big Bang Theory 22.05 Circus Halligalli 23.10 Das Duell um die Geld 1.15 The Big Bang Theory 1.35 The Big Bang Theory 2.05 The Big Bang Theory</p> |  <p>20.15 Die Geissens - Eine schrecklich glamouröse Familie! Dokusoap 21.15 Sarah & Pietro... im Wohnmobil durch Italien (3) Dokusoap 22.15 Sarah & Pietro... bekommen ein Baby (5) 23.15 Die Vice Reports</p> |
|---|--|--|---|---|---|

| | | | | | |
|--|---|--|---|--|---|
| <p>VOX 16.00 4 Hochzeiten und eine Traumreise 17.00 Mein himmlisches Hotel 18.00 mieten, kaufen, wohnen 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Chicago Fire 21.15 Chicago Fire 22.10 Suits 23.05 Suits 0.00 Nachrichten 0.20 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin</p> | <p>KABEL EINS 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Notaufnahme! 19.30 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Superman Returns, Sci-Fi-Film USA '06 23.30 Batman, Fantasyfilm USA '89 1.55 kabel eins late news 2.00 Superman Returns, Sci-Fi-Film USA '06</p> | <p>NDR 18.00 Nordmagazin 18.15 die nordreportage: Ausgesetzt und abgeschoben 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Die Ernährungsdocs 21.45 NDR//Aktuell 22.00 45 Min 22.45 Kulturjournal 23.15 Robert Zimmermann wundert sich über die Liebe, Komödie D '07</p> | <p>3SAT 16.50 Die Eroberung der Alpen 17.45 ZDF-History 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Eisige Welten 21.00 Eisige Welten 21.40 Wale und wilde Inseln 22.00 ZIB 2 22.25 Nicoletta - Die Heilerin 23.15 Vis-à-vis 0.15 Eid-Genossin Badran</p> | <p>WDR 18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Mord mit Aussicht 21.05 Das NRW Duell 21.45 WDR aktuell 22.10 Sprockhövel, meine andere Heimat 22.40 WestART 23.20 Missverstanden, Drama F/IT '14</p> | <p>ORF 2 18.51 heute infos & tips 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Millio-nenshow 21.10 Thema 22.00 ZIB 2 22.30 Kulturmontag 0.00 Tatort 1.30 Kulturmontag 3.00 Seitenblicke 3.05 Soko Donau</p> |
|--|---|--|---|--|---|

| | | | | | |
|--|---|--|--|--|---|
| <p>ARD 16.10 Verrückt nach Meer 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Gefragt - Gejagt 18.50 Akte Ex 19.45 Wissen vor acht - Natur 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau</p> | <p>ZDF 15.05 Bares für Rares 16.00 heute 16.10 Soko Wien 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.05 Soko Köln 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Rosenheim-Cops</p> | <p>RTL 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten</p> | <p>SAT.1 17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten</p> | <p>PRO 7 15.10 2 Broke Girls 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo</p> | <p>RTL II 14.55 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 15.55 Next, Please! 17.00 Die Straßencops 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter</p> |
|--|---|--|--|--|---|

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
|  <p>20.15 Um Himmels Willen 21.00 In aller Freundschaft 21.45 Report Mainz 22.15 Tagesthemen 22.45 Die Schatten, die dich holen 0.15 Nachtmagazin</p> |  <p>20.15 Die Tricks der Lebensmittelindustrie 21.00 Frontal 21 21.45 heute-journal 22.15 Wirklich beste Freunde 22.45 Leschs Kosmos 23.15 Markus Lanz 0.30 heute+ Nachrichten</p> |  <p>20.15 CSI: Vegas Krimiserie 21.15 CSI: Cyber Krimiserie 22.15 CSI: Miami Krimiserie 23.10 CSI: Miami Krimiserie 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter 0.30 CSI: Vegas Krimiserie 1.20 CSI: Miami Krimiserie 2.10 CSI: Miami Krimiserie</p> |  <p>20.15 Die Truckerin - Eine Frau geht durchs Feuer Actionfilm, D '16 22.15 akte 20.16 - Reporter kämpfen für Sie! 23.15 SAT.1 Reportage 0.15 Criminal Minds 1.10 Criminal Minds 1.55 Auf Streife Dokusoap</p> |  <p>20.15 Die Simpsons 20.45 Die Simpsons 21.15 Die Simpsons 21.45 Family Guy 22.10 Family Guy 22.35 Odd Couple 23.05 Odd Couple 23.30 Two and a Half Men 0.00 Two and a Half Men</p> |  <p>20.15 Zuhause im Glück - Unser Einzug in ein neues Leben Dokusoap 22.15 Pop Giganten (4) Musikdokumentation 0.25 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer (8) Abenteuerserie Das Spitze Ende</p> |
|---|---|---|---|---|---|

| | | | | | |
|---|---|--|--|--|--|
| <p>VOX 17.00 Mein himmlisches Hotel 18.00 mieten, kaufen, wohnen 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Ewige Helden 22.00 Goodbye Deutschland! Die Auswanderer 23.10 Die tierischen 10 0.15 Nachrichten 0.35 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin</p> | <p>KABEL EINS 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Notaufnahme! 19.30 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Die härtesten Jobs der Welt, Dokusoap 22.15 K1 Magazin 23.20 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 0.40 Sons of Anarchy, Dramaserie</p> | <p>NDR 17.10 Leopard, Seebär & Co. 18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 NaturNah: Die geheime Welt der Ameisen 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Visite 21.15 Panorama 3 21.45 NDR//Aktuell 22.00 Tatort, Kriminalfilm 23.30 Weltbilder 0.00 Amma und Appa</p> | <p>3SAT 17.00 Highway in die Eiszeit 17.45 Highway in die Eiszeit 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Pass gut auf ihn auf!, Drama 21.45 kinokino 22.00 ZIB 2 22.25 Altern ohne Last 23.20 Wachter Geist und müde Knochen, Dokufilm 0.10 37 Grad: Und das nennst du Erziehung!</p> | <p>WDR 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Abenteuer Erde: Die fantastische Reise der Vögel 21.00 Quarks & Co: Krank? Selber schuld! 21.45 WDR aktuell 22.10 Besser als Du, Komödie D '15 23.40 Solitary Man - Herzensbrecher a.D., Tragikomödie USA '09</p> | <p>ORF 2 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Uni-versum 21.05 Report 22.00 ZIB 2 22.25 Euromillionen 22.35 kreuz und quer 0.00 Die Jahrhundertlawine, Katastrophenfilm D '08 1.25 Seitenblicke</p> |
|---|---|--|--|--|--|

Montag, 1. Februar 2016

Dienstag, 2. Februar 2016

| ARD | ARD | ZDF | RTL | SAT.1 | PRO 7 | RTL II |
|---|--|---|--|--|--|--|
| 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant Gejagt 18.50 Hubert und Staller 19.45 Wissen vor acht - Werkstatt 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau | 20.15 Düsseldorf Helau Karnevalsshow. Mod. Stefan Kleinehr 22.15 Tagesthemen 22.45 Der Clown Dokufilm 0.40 Nachtmagazin 1.00 Persepolis Dokumentation 2.33 Tagesschau | 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.05 Soko Wismar 18.54 Lotto am Mittwoch - Die Gewinnzahlen 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Spezialisten - Im Namen der Opfer | 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten | 17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten | 15.10 2 Broke Girls 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo | 14.55 Hilf mir! Jung, verliebt, verzweifelt... 15.55 Next, Please! 17.00 Die Straßencops 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter |
| 20.15 Düssel-dorf Helau Karnevalsshow. Mod. Stefan Kleinehr 22.15 Tagesthemen 22.45 Der Clown Dokufilm 0.40 Nachtmagazin 1.00 Persepolis Dokumentation 2.33 Tagesschau | 20.15 Meine fremde Frau Drama, Ö '15 21.45 heute-journal 22.15 auslandsmagazin 22.45 ZDFzoom Doku 23.15 Markus Lanz 0.30 heute+ Nachrichten 0.45 Die Tricks der Lebensmittelindustrie | 20.15 Der Bachelor Dokusoap 22.15 stern TV Infomagazin 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter 0.30 Der Bachelor Dokusoap 2.25 Undercover Boss 3.15 RTL Nachtjournal 3.45 Explosiv - Das Magazin Boulevardmagazin | 20.15 Im Dutzend billiger Komödie, USA '03 22.20 SAT.1 Spezial: Der wahre Wahnsinn - Familien XXL Doku 23.20 Spiegel TV - Reportage 0.20 Auf Streife Dokusoap 0.45 News & Stories | 20.15 Zoo Sci-Fi-Serie 22.00 Sanctum Actionfilm, AUS/USA '11 0.15 Odd Couple 0.40 Odd Couple 1.10 Wilfred Comedyserie 1.40 Wilfred Comedyserie 2.05 Fringe - Grenzfälle des FBI Mysteryserie | 20.15 Teenie-Mütter - Wenn Kinder Kinder kriegen 21.15 Babys! Kleines Wunder - großes Glück 22.15 Babys! Kleines Wunder - großes Glück (4) 23.10 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer (1) | |

| ARD | ARD | ZDF | RTL | SAT.1 | PRO 7 | RTL II |
|--|--|---|--|---|--|--|
| 17.15 Brisant 18.00 Gejagt - Gejagt 18.50 In aller Freundschaft - Die jungen Ärzte 19.45 Wissen vor acht - Mensch 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau | 20.15 Der Bozen-Krimi: Das fünfte Gebot Kriminalfilm, D '16 21.45 Monitor Politmagazin 22.15 Tagesthemen 22.45 Spätschicht - Die Comedy Bühne Kabarett 23.30 Alfons und Gäste 0.00 Nachtmagazin | 16.10 Soko Wien 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.05 Soko Stuttgart 19.00 heute 19.09 Wetter 19.10 ZDF SPORTextra - Wintersport Biathlon-Weltcup | 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten | 17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten | 15.05 2 Broke Girls 15.35 The Big Bang Theory 16.00 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo | 14.55 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 15.55 Next, Please! 17.00 Die Straßencops 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter |
| 20.15 Der Bozen-Krimi: Das fünfte Gebot Kriminalfilm, D '16 21.45 Monitor Politmagazin 22.15 Tagesthemen 22.45 Spätschicht - Die Comedy Bühne Kabarett 23.30 Alfons und Gäste 0.00 Nachtmagazin | 20.15 Kölle Alaaf - Die Mädchensitzung 22.30 heute-journal 23.00 Markus Lanz 0.15 heute+ Nachrichten 0.30 Ray Donovan 1.20 Camilla Läckberg: Mord in Fjällbacka Kriminalfilm, SWE '11 | 20.15 Der Lehrer 21.15 Der Lehrer 22.15 Anwälte der Toten - Rechtsmediziner decken auf Krimisoap 23.10 Anwälte der Toten - Rechtsmediziner decken auf Krimisoap 0.00 RTL Nachtjournal | 20.15 Criminal Minds Krimiserie 21.15 Criminal Minds 22.15 Criminal Minds 23.10 Profiling Paris 0.15 Criminal Minds 1.10 Criminal Minds 1.55 Criminal Minds 2.45 Profiling Paris | 20.15 Germany's next Topmodel - by Heidi Klum 23.00 red! Stars, Lifestyle & More Boulevardmagazin 0.00 Sirens Comedyserie 0.30 Sirens Comedyserie 0.55 Apartment 23 1.25 Apartment 23 1.50 Scrubs - Die Anfänger | 20.15 Die Kochprofis - Einsatz am Herd Dokusoap 21.15 Frauentausch 23.15 Exklusiv - Die Reportage Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer (14) | |

| ARD | ARD | ZDF | RTL | SAT.1 | PRO 7 | RTL II |
|--|--|--|--|--|--|--|
| 16.10 Verrückt nach Meer 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Gejagt - Gejagt 18.50 Gefragt - Gejagt 19.45 Sportschau vor acht 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau | 20.15 Ohne Dich Drama, D '14 21.45 Tagesthemen 22.00 Tatort: Borowski und das Meer Kriminalfilm, D '13 23.30 Mankells Wallander - Todesengel Kriminalfilm, D/SWE '09 | 16.10 Soko Wien 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.05 Soko Kitzbühel 19.00 heute 19.09 Wetter 19.10 ZDF SPORTextra - Wintersport Biathlon-Weltcup | 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten | 17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten | 15.10 2 Broke Girls 15.35 The Big Bang Theory 16.00 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo | 14.55 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... 15.55 Next, Please! 17.00 Die Straßencops 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter |
| 20.15 Ohne Dich Drama, D '14 21.45 Tagesthemen 22.00 Tatort: Borowski und das Meer Kriminalfilm, D '13 23.30 Mankells Wallander - Todesengel Kriminalfilm, D/SWE '09 | 20.15 Mainz bleibt Mainz, wie es singt und lacht Karnevalsshow 0.00 heute+ Nachrichten 0.15 NEO Magazin Royale mit Jan Böhmermann Comedyshow 1.00 Columbo Kriminalfilm Mord unter sechs Augen | 20.15 Die Puppenstars 22.50 Paul Panzer live! Alles auf Anfang 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter 0.30 Die Puppenstars 2.45 RTL Nachtjournal 3.30 stern TV Infomagazin 5.00 Das Strafgericht | 20.15 The Voice Kids 22.45 Knallerfrauen Comedy 23.15 Knallerfrauen Comedy 23.45 Switch reloaded 0.15 Switch reloaded 0.45 The Voice Kids 2.50 Sechserpack Comedy 3.15 Sechserpack Comedy 3.40 Sechserpack Comedy | 20.15 Cowboys & Aliens Fantasyfilm, USA '11 22.50 Matrix Reloaded Sci-Fi-Film, AUS/USA '03 1.15 Daybreakers Horrorfilm, USA '09 2.55 Watch Me - das Kinomagazin Kulturmagazin 3.05 Spätnachrichten | 20.15 Valentinstag Komödie, USA '10. Mit J. Alba 22.50 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie Ein Mann ohne Ehre 23.55 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie | |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|--|---|--|---|
| ARD 16.30 Weltspiegel-Reportage: Amerikas Eltern im Kontrollwahn 17.00 Tagesschau 17.10 Brisant 17.50 Tagesschau 18.00 Sport-schau 18.30 Sportschau 19.57 Lot-to am Samstag 20.00 Tagesschau | ARD 20.15 Der Fall Barschel Politthriller, D '15. Mit Alexander Fehling, Fabian Hinrichs | ZDF 8.35 Bibi Blocksberg 9.00 Bibi Blocksberg 9.25 Bibi und Tina 9.50 ZDF SPORTEXTRA Wintersport 19.00 ZDF SPORTEXTRA Wintersport 19.20 ZDF SPORTEXTRA Wintersport Biathlon-Weltcup | ZDF 20.15 Goldene Kamera 22.45 heute-journal 23.00 das aktuelle sportstudio Sportmagazin | RTL 15.45 Die Trovatos - Detektive decken auf 16.45 Die Trovatos - Detektive decken auf 17.45 Best of...! Deutschlands schnellste Ranking-show 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Explosiv - Weekend | RTL 20.15 Deutschland sucht den Superstar Castingshow 23.00 Take Me Out 0.00 Deutschland sucht den Superstar 2.15 Take Me Out 3.30 Verdachtsfälle 4.20 Verdachtsfälle | SAT.1 18.00 K 11 - Kommissare im Einsatz, Krimisoap 18.30 K 11 - Kommissare im Einsatz 19.00 K 11 - Kommissare im Einsatz 19.30 K 11 - Kommissare im Einsatz, Krimisoap 19.55 SAT.1 Nachrichten | SAT.1 20.15 Rio 2 - Dschungelfieber Animationsfilm 22.20 Next Actionfilm, USA '07 Mit Nicolas Cage, Julianne Moore 0.10 Wehrlos - Die Tochter des Generals Thriller, USA '99. Mit J. Travolta 2.25 Next Actionfilm, USA '07 | PRO 7 15.35 Two and a Half Men 16.00 2 Broke Girls 16.30 2 Broke Girls 17.00 The Big Bang Theory 17.25 The Big Bang Theory 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo | PRO 7 20.15 True Grit Western, USA '10. Mit J. Bridges 22.30 Der Mann, der niemals lebte Thriller, USA '08. Mit L. DiCaprio 1.05 Cowboys & Aliens Fantasyfilm, USA '11 3.10 Matrix Reloaded Sci-Fi-Film, AUS/USA '03 | RTL II 14.25 Girls United - Alles auf Sieg, Komödie USA '07 16.15 Natürlich blond 3 - Jetzt geht's doppelt weiter, Komödie USA '08 17.50 Briefe an Julia, Komödie USA '10 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter | RTL II 20.15 Der 13te Krieger Abenteuerfilm, USA '99 22.20 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie Valar Dohaeris 23.30 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie |
|---|---|---|---|---|---|---|---|--|---|--|---|

Samstag, 6. Februar 2016

| | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|---|---|---|--|--|--|---|--|---|
| ARD 17.30 Die Liebhaber 18.00 Sportschau 18.30 Bericht aus Berlin 18.49 Gewinnzahlen Deutsche Fernsehlotterie 18.50 Lindenstraße 19.20 Weltspiegel 20.00 Tagesschau | ARD 20.15 Tatort: Sternschnuppe Kriminalfilm, Ö '16 21.45 Anne Will Talkshow 22.45 Tagesthemen 23.05 tit - titel thesen temperamente Kultur 23.35 Sonny Boy - Eine Liebe in dunkler Zeit Drama, NL '11 | ZDF 17.00 ZDF SPORTEXTRA Wintersport Biathlon-Weltcup 19.00 heute 19.10 Berlin direkt 19.28 Akti-on Mensch Gewinner 19.30 Faszination Erde - mit Dirk Steffens | ZDF 17.55 Achtung Notaufnahme! 18.30 Achtung Notaufnahme! 19.00 Achtung Notaufnahme! 19.35 Achtung Notaufnahme! 20.15 Blue Bloods - Crime Scene New York, Krimiserie 21.05 Blue Bloods - Crime Scene New York, Krimiserie 22.05 Navy CIS 23.05 Navy CIS 0.05 Navy CIS | RTL 13.00 Deutschland sucht den Superstar 15.45 Undercover Boss 16.45 Undercover Boss 17.35 RTL Bibelclip 17.45 Exklusiv - Weekend 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Vermisst | RTL 20.15 Captain Phillips Drama, USA '13 22.55 Spiegel TV Magazin 23.40 Captain Phillips Drama, USA '13 2.05 Exklusiv - Weekend 3.00 Betrugsfälle Dokussoap 3.30 Familien im Brennpunkt Dokussoap | SAT.1 12.50 Auf Streife 13.50 Rio, Trickfilm USA '11 15.45 Rio 2 - Dschungelfieber, Trickfilm USA '14 17.45 Hochzeit auf den ersten Blick Spezial - Wie ging es weiter? 19.55 SAT.1 Nachrichten | SAT.1 20.15 Navy CIS Krimiserie 21.15 Navy CIS: New Orleans Krimiserie 22.15 Navy CIS: L.A. 23.15 ran Football: NFL Super Bowl 2016 Sport 4.45 Schicksale - und plötzlich ist alles anders Dokussoap | PRO 7 11.35 Auf die stürmische Art, Komödie 13.45 Elizabethethow, Komödie USA '05 16.05 Einfach zu haben, Komödie USA '10 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo | PRO 7 20.15 Non-Stop Actionfilm, USA '14. Mit L. Neeson 22.30 Shutter Island Thriller, USA '10. Mit L. DiCaprio 1.15 Non-Stop Actionfilm, USA '14. Mit L. Neeson 3.05 Shutter Island Thriller, USA '10. Mit L. DiCaprio 5.20 My Boys Comedyserie | RTL II 16.00 Der Trödeltrupp - Das Geld liegt im Keller 17.00 Mein neuer Alter 18.00 Grip - Das Motor-magazin 19.00 Like! Die größten Internetstories 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter | RTL II 20.15 Der letzte Tempelritter Fantasyfilm, USA '11 22.05 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie Vom Feuer geküsst 23.15 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie |
|--|--|--|---|---|---|--|--|--|---|--|---|

Sonntag, 7. Februar 2016

| | | | | | | | | | | | |
|--|--|---|---|---|--|--|---|--|---|---|---|
| ARD 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Gefragt - Gejagt 18.50 Großstadtrevier 19.45 Wissen vor acht - Zukunft 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau | ARD 20.15 Karneval in Köln 2016 Karnevalsshow 23.30 Tagesthemen 0.00 Tatort: Sternschnuppe Kriminalfilm, Ö '16 1.33 Tagesschau 1.35 Die neunte Kompanie Kriegsfilm, FNL/RUS '05 | ZDF 15.05 Bares für Rares 16.00 heute 16.10 Soko Wien 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.40 Leute heute speziell 18.05 Soko München 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Wiso | ZDF 20.15 Die Tote in der Berghütte Krimi, Ö '14 21.45 heute-journal 22.15 Auf der Flucht Thriller, USA '93 0.15 heute+ Nachrichten 0.30 Kriegerin Drama, D '11. Mit Alina Levshin 2.10 ZDF-History Doku | RTL 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 DAS! 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten | RTL 20.15 Wer wird Millionär? 21.15 Undercover Boss 22.15 Extra - Das RTL Magazine Boulevardmagazin 23.30 30 Minuten Deutschland Reportage 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter 0.30 10 vor 11 Kulturmagazin | SAT.1 17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten | SAT.1 20.15 Castle Krimiserie 21.15 Castle Krimiserie 22.15 Elementary Krimiserie 23.15 Navy CIS Krimiserie 0.10 Criminal Minds 1.10 Castle Krimiserie 1.55 Castle Krimiserie 2.40 Elementary Krimiserie 3.20 Navy CIS Krimiserie | PRO 7 15.10 2 Broke Girls 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 17.00 The Big Bang Theory 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo | PRO 7 20.15 The Big Bang Theory 20.40 The Big Bang Theory 21.10 Akte X Mysteryserie 22.05 Circus Halligalli 23.10 Smudo In The Box 0.05 The Big Bang Theory 0.30 The Big Bang Theory 0.55 Family Guy 1.25 Futurama Comedyserie | RTL II 14.55 Hilf mir! Jung, verliebt, verzweifelt... 15.55 Next, Please! 17.00 Die Straßencops 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter | RTL II 20.15 Die Geissens - Eine schrecklich glamouröse Familie! Dokussoap 21.15 Sarah & Pietro... im Wohnmobil durch Italien (4) Dokussoap 22.15 Der Dennis Show (1) 23.20 Fake Reaction - Einer täuscht immer! (1) |
|--|--|---|---|---|--|--|---|--|---|---|---|

Montag, 8. Februar 2016

| | | | | | | | | | | | |
|--|--|---|---|---|--|--|---|--|---|---|---|
| ARD 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Gefragt - Gejagt 18.50 Großstadtrevier 19.45 Wissen vor acht - Zukunft 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau | ARD 20.15 Karneval in Köln 2016 Karnevalsshow 23.30 Tagesthemen 0.00 Tatort: Sternschnuppe Kriminalfilm, Ö '16 1.33 Tagesschau 1.35 Die neunte Kompanie Kriegsfilm, FNL/RUS '05 | ZDF 15.05 Bares für Rares 16.00 heute 16.10 Soko Wien 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.40 Leute heute speziell 18.05 Soko München 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Wiso | ZDF 20.15 Die Tote in der Berghütte Krimi, Ö '14 21.45 heute-journal 22.15 Auf der Flucht Thriller, USA '93 0.15 heute+ Nachrichten 0.30 Kriegerin Drama, D '11. Mit Alina Levshin 2.10 ZDF-History Doku | RTL 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 DAS! 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten | RTL 20.15 Wer wird Millionär? 21.15 Undercover Boss 22.15 Extra - Das RTL Magazine Boulevardmagazin 23.30 30 Minuten Deutschland Reportage 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter 0.30 10 vor 11 Kulturmagazin | SAT.1 17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten | SAT.1 20.15 Castle Krimiserie 21.15 Castle Krimiserie 22.15 Elementary Krimiserie 23.15 Navy CIS Krimiserie 0.10 Criminal Minds 1.10 Castle Krimiserie 1.55 Castle Krimiserie 2.40 Elementary Krimiserie 3.20 Navy CIS Krimiserie | PRO 7 15.10 2 Broke Girls 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 17.00 The Big Bang Theory 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo | PRO 7 20.15 The Big Bang Theory 20.40 The Big Bang Theory 21.10 Akte X Mysteryserie 22.05 Circus Halligalli 23.10 Smudo In The Box 0.05 The Big Bang Theory 0.30 The Big Bang Theory 0.55 Family Guy 1.25 Futurama Comedyserie | RTL II 14.55 Hilf mir! Jung, verliebt, verzweifelt... 15.55 Next, Please! 17.00 Die Straßencops 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter | RTL II 20.15 Die Geissens - Eine schrecklich glamouröse Familie! Dokussoap 21.15 Sarah & Pietro... im Wohnmobil durch Italien (4) Dokussoap 22.15 Der Dennis Show (1) 23.20 Fake Reaction - Einer täuscht immer! (1) |
|--|--|---|---|---|--|--|---|--|---|---|---|

25

ARD **ARD**

16.10 Verrückt nach Meer **17.00** Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Gefragt - Gejagt **18.50** Akte Ex **19.45** Wissen vor acht - Natur **19.50** Wetter vor acht **19.55** Börse vor acht **20.00** Tagesschau



20.15 DFB-Pokal Fußball. Viertelfinale. Dazw.: 21.20 Tagesthemen
23.00 Nacht ohne Morgen Kriminalfilm, D '11
0.30 Nachtmagazin
0.50 Renegade Actionkomödie, IT '87
2.23 Tagesschau

ZDF

15.05 Bares für Rares **16.00** heute **16.10** Soko Wien **17.00** heute **17.10** hallo deutschland **17.45** Leute heute **18.05** Soko Köln **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Die Rosenheim-Cops



20.15 Das Traumschiff Familienserie
21.50 heute-journal
22.20 Sugardaddy Doku
22.50 Markus Lanz
0.05 heute+ Nachrichten
0.20 Neu im Kino Kultur
0.25 The Paperboy Thriller, USA '12

RTL

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



20.15 CSI: Vegas Krimiserie
21.15 CSI: Cyber Krimiserie
22.15 CSI: Miami Krimiserie
23.10 CSI: Miami Krimiserie
0.00 RTL Nachtjournal
0.27 Das Wetter
0.30 CSI: Vegas Krimiserie
1.20 CSI: Miami Krimiserie
2.10 CSI: Miami Krimiserie

SAT.1

17.00 Mein dunkles Geheimnis **17.30** Schicksale - und plötzlich ist alles anders **18.00** In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment **19.00** In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment **19.55** SAT.1 Nachrichten



20.15 Titel stand bei Red-Schluss noch nicht fest
22.15 akte 20.16 - Reporter kämpfen für Sie!
23.15 SAT.1 Reportage
0.15 Criminal Minds
1.15 Criminal Minds
2.00 Auf Streife Dokusoap

PRO 7

15.10 2 Broke Girls **15.35** The Big Bang Theory **16.05** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** News-time **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo



20.15 Die Simpsons
20.45 Die Simpsons
21.10 Die Simpsons
21.40 Family Guy
22.10 Family Guy
22.35 Odd Couple
23.00 Odd Couple
23.30 Two and a Half Men
0.00 Two and a Half Men

RTL II

14.55 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... **15.55** Next, Please! **17.00** Die Straßencops **17.57** Promiflash News **18.00** Köln 50667 **19.00** Berlin - Tag & Nacht **20.00** RTL II News **20.14** RTL II Wetter



20.15 Zuhause im Glück - Unser Einzug in ein neues Leben Dokusoap
22.15 Pop Giganten (5) Musikdokumentation
0.20 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie Der Löwe und die Rose

VOX **VOX**

17.00 Mein himmlisches Hotel **18.00** mieten, kaufen, wohnen **19.00** Das perfekte Dinner **20.00** Prominent! **20.15** Ewige Helden **22.15** Goodbye Deutschland! Die Auswanderer **23.15** Die tierischen 10 **0.20** Nachrichten **0.40** Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin

KABEL EINS

17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? **18.55** Achtung Notaufnahme! **19.30** Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter **20.15** Die härtesten Jobs der Welt, Dokusoap **22.20** K1 Magazin **23.20** Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter **0.45** Sons of Anarchy, Dramaserie

NDR **NDR**

18.00 Nordmagazin **18.15** NaturNah: Markus und die Katzenhaie **18.45** DAS! **19.30** Regionales **20.00** Tagesschau **20.15** Visite **21.00** Abenteuer Diagnose **21.45** NDR/Aktuell **22.00** Tatort, Kriminalfilm **23.30** Tatort, Kriminalfilm **0.55** Selten so gelacht - neue Comedy Momente der NDR Talkshows

3sat **3SAT**

17.00 Wilde Schönheiten **17.45** Wilde Schönheiten **18.30** nano **19.00** heute **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau **20.15** Mein Mann, seine Geliebte und ich, Komödie **21.45** Der große Schwindel, Komödie **23.15** Kein Sex ist auch keine Lösung **0.50** 37 Grad: Wirklich beste Freunde **1.20** 10 vor 10

WDR **WDR**

18.00 WDR aktuell / Lokalzeit **18.15** Servicezeit **18.45** Aktuelle Stunde **19.30** Lokalzeit **20.00** Tagesschau **20.15** Alles unter einer Kappe 2016 **0.15** Jacques Tilly - Entant terrible des Karnevals **0.45** Aschermittwoch for one **1.00** Domian **2.00** Lokalzeit aus Köln **2.30** Lokalzeit aus Aachen

ORF 2 **ORF 2**

19.00 Bundesland heute **19.23** Wetter **19.30** Zeit im Bild **19.49** Wetter **19.55** Sport Aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Villacher Fasching 2016 **22.30** ZIB 2 **22.55** Euromillionen **23.05** Oben ohne, Familienfilm Ö '10 **0.35** Ein Herz wird wieder jung, Komödie Ö '97 **2.05** Seitenblicke

ARD **ARD**

16.00 Tagesschau **16.10** Sportschau live, Wintersport **18.50** Hubert und Staller **19.45** Wissen vor acht - Werkstatt **19.50** Wetter vor acht **19.55** Börse vor acht **20.00** Tagesschau



20.15 DFB-Pokal Dazw.: 21.20 Tagesthemen
23.00 Sportschau Club
23.30 Maitshberger
0.45 Nachtmagazin
1.05 Prinzessinnen der Straße - Princesas Drama, E '05
2.53 Tagesschau

ZDF

17.10 hallo deutschland **17.45** Leute heute **18.05** Soko Wismar **18.54** Lotto am Mittwoch - Die Gewinnzahlen **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Die Spezialisten - Im Namen der Opfer



20.15 AktENZEICHEN XY... ungelöst Magazin
21.45 heute-journal
22.15 auslandsjournal
22.45 ZDFzoom Doku
23.15 Markus Lanz
0.30 heute+ Nachrichten
0.45 Wie gerecht sind unsere Steuern? Doku

RTL

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



20.15 Der Bachelor Dokusoap
22.15 stern TV Infomagazin
0.00 RTL Nachtjournal
0.27 Das Wetter
0.30 Der Bachelor Dokusoap
2.20 Undercover Boss
3.10 RTL Nachtjournal
3.45 Explosiv - Das Magazin Boulevardmagazin

SAT.1

17.00 Mein dunkles Geheimnis **17.30** Schicksale - und plötzlich ist alles anders **18.00** In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment **19.00** In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment **19.55** SAT.1 Nachrichten



20.15 Das hält kein Jahr ...! Komödie, GB '13
22.20 Spiegel TV - Reportage
23.15 24 Stunden Reportage
0.15 Auf Streife Dokusoap
0.45 News & Stories
1.30 So gesehen Religion
1.35 Auf Streife Dokusoap

PRO 7

15.05 2 Broke Girls **15.35** The Big Bang Theory **16.05** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** News-time **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo



20.15 Zoo Sci-Fi-Serie
22.05 Ruinen Horrormovie, USA '08. Mit D. Baveas
23.50 Family Guy
0.20 Family Guy
0.45 Odd Couple
1.10 Odd Couple
1.40 Wilfred Comedyserie
2.05 Wilfred Comedyserie

RTL II

14.55 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... **15.55** Next, Please! **17.00** Die Straßencops **17.57** Promiflash News **18.00** Köln 50667 **19.00** Berlin - Tag & Nacht **20.00** RTL II News **20.14** RTL II Wetter



20.15 Teenie-Mütter - Wenn Kinder Kinder kriegen Dokusoap
21.15 Babys! Kleines Wunder - großes Glück Dokusoap
22.15 Babys! Kleines Wunder - großes Glück (12) Dokusoap

VOX **VOX**

15.00 Shopping Queen **16.00** 4 Hochzeiten und eine Traumreise **17.00** Mein himmlisches Hotel **18.00** mieten, kaufen, wohnen **19.00** Das perfekte Dinner **20.00** Prominent! **20.15** Rizzoli & Isles **21.15** Rizzoli & Isles **22.10** Perception **23.05** Motive **0.00** Rizzoli & Isles **0.55** Nachrichten

KABEL EINS

17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? **18.55** Achtung Notaufnahme! **19.30** Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter **20.15** Forrest Gump, Drama USA '94 **23.10** Eine Frage der Ehre, Gerichtsfilm USA '92 **1.50** Watch Me - das Kinomagazin **2.00** kabel eins late news

NDR **NDR**

18.00 Nordmagazin - Land und Leute **18.15** Pferdestärken! **18.45** DAS! **19.30** Regionales **20.00** Tagesschau **20.15** Expeditionen ins Tierreich **21.00** Unsere Geschichte - Meine erste Klassenreise **21.45** NDR/Aktuell **22.00** Großstadtrevier, Krimiserie **22.50** extra 3 **23.20** Zapp

3sat **3SAT**

17.45 mare TV - Reportage: Biskaya **18.30** nano **19.00** heute **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau **20.15** Wie beim ersten Mal, Liebesfilm **21.50** Notizen aus dem Ausland **22.00** ZIB 2 **22.25** Die Legende von Paul und Paula, Liebesfilm **0.05** Ein Schiff, zwei Männer und 400 Brücken

WDR **WDR**

18.00 WDR aktuell / Lokalzeit **18.15** Servicezeit **18.45** Aktuelle Stunde **19.30** Lokalzeit **20.00** Tagesschau **20.15** markt **21.00** Der Jeans-Check **21.45** WDR aktuell **22.10** Kommunen am Limit **22.55** My Escape / Meine Flucht **0.25** Eberl entdeckt den Kosovo - Selbstversuch: Wirtschaftsflucht

ORF 2 **ORF 2**

18.48 Lotto 6 aus 45 mit Joker **19.00** Bundesland heute **19.23** Wetter **19.30** Zeit im Bild **19.49** Wetter **19.55** Sport Aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Der Bergdoktor **21.50** Autofocus **22.00** ZIB 2 **22.30** WELTjournal **23.05** WELTjournal + **23.50** Brand, Drama Ö '11 **1.30** Seitenblicke

ARD **ARD**

13.00 ARD-Mittagsmagazin **14.00** Tagesschau **14.10** Rote Rosen **15.00** Tagesschau **15.10** Sturm der Liebe **16.00** Tagesschau **16.10** Sportschau live, Wintersport **18.10** Tagesschau **20.00** Tagesschau



20.15 Der Bozen-Krimi: Herz-Jesu-Blut Kriminalfilm, D '16
21.45 Kontraste Magazin
22.15 Tagesthemen
22.45 Nuhr im Ersten Satire
23.30 Alfons und Gäste
0.00 Nachtmagazin

ZDF

15.05 Bares für Rares **16.00** heute **16.10** Soko Wien **17.00** heute **17.10** hallo deutschland **17.45** Leute heute **18.05** Soko Stuttgart **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Notruf Hafenkante



20.15 Der Bergdoktor
21.45 heute-journal
22.15 maybrit illner
23.15 Markus Lanz
0.30 heute+ Nachrichten
0.45 Berlinale 2016: Die Eröffnung Kultur
1.45 Soko Stuttgart
2.30 maybrit illner Talkshow

RTL

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



20.15 Der Lehrer
21.15 Der Lehrer
22.15 Anwält der Toten - Rechtsmediziner decken auf Krimisoap
23.10 Anwält der Toten - Rechtsmediziner decken auf Krimisoap
0.00 RTL Nachtjournal

SAT.1

17.00 Mein dunkles Geheimnis **17.30** Schicksale - und plötzlich ist alles anders **18.00** In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment **19.00** In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment **19.55** SAT.1 Nachrichten



20.15 Criminal Minds Krimiserie
21.15 Criminal Minds
22.10 Criminal Minds
23.10 Profiling Paris
0.15 Criminal Minds
1.10 Criminal Minds
1.55 Criminal Minds
2.45 Profiling Paris

PRO 7

15.10 2 Broke Girls **15.35** The Big Bang Theory **16.05** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** News-time **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo



20.15 Germany's next Topmodel - by Heidi Klum
22.30 Kiss Bang Love
23.30 red! Stars, Lifestyle & More Boulevardmagazin
0.35 Sirens Comedyserie
1.00 Sirens Comedyserie
1.25 Apartment 23
1.50 Apartment 23

RTL II

14.55 Hilf mir! Jung, verliebt, verzweifelt... **15.55** Next, Please! **17.00** Die Straßencops **17.57** Promiflash News **18.00** Köln 50667 **19.00** Berlin - Tag & Nacht **20.00** RTL II News **20.14** RTL II Wetter



20.15 Die Kochprofis - Einsatz am Herd
21.15 Frauentausch
23.00 Starshine - Das Comedy Promi-Magazin (1) Boulevardmagazin
23.30 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie

VOX **VOX**

17.00 Mein himmlisches Hotel **18.00** mieten, kaufen, wohnen **19.00** Das perfekte Dinner **20.00** Prominent! **20.15** The Rock - Fels der Entscheidung, Actionfilm USA '96 **22.50** Lock-out, Actionfilm F '12 **0.40** Nachrichten **1.00** The Rock - Fels der Entscheidung, Actionfilm USA '96

KABEL EINS

17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? **18.55** Achtung Notaufnahme! **19.30** Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter **20.15** Spiel ohne Regeln, Komödie USA '05 **22.35** Forrest Gump, Drama USA '94 **1.25** kabel eins late news **1.30** Spiel ohne Regeln, Komödie USA '05

NDR **NDR**

18.00 Nordmagazin - Land und Leute **18.15** Typisch! Der Karl-May-Kutscher **18.45** DAS! **19.30** Regionales **20.00** Tagesschau **20.15** Länder - Menschen - Abenteuer **21.00** Länder - Menschen - Abenteuer **21.45** NDR/Aktuell **22.00** Die Eisläuferin, Satire D '14 **23.30** Bronski & Bernstein

3sat **3SAT**

16.15 Europas Urwälder **17.00** Europas Urwälder **17.45** Europas Urwälder **18.30** nano **19.00** heute **19.20** Berlinale 2016: Die Eröffnung **21.00** Der englische Patient, Melodram **23.35** Berlinale-Studio **0.05** 10 vor 10 **0.35** Rundschau **1.15** Die Lawine im Nacken: Check the risk - have fun

WDR **WDR**

18.15 Servicezeit **18.45** Aktuelle Stunde **19.30** Lokalzeit **20.00** Tagesschau **20.15** Tatort - Borowski und der stille Gast, Krimi D '12 **21.45** WDR aktuell **22.10** frauTV **22.40** Menschen hautnah: Zum Glück gescheitert **23.25** Tod auf den Gleisen - Trauma eines Lokführers

ORF 2 **ORF 2**

19.00 Bundesland heute **19.23** Wetter **19.30** Zeit im Bild **19.49** Wetter **19.55** Sport Aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Die Rosenheim-Cops **21.05** Am Schauplatz **22.00** ZIB 2 **22.30** Eco **23.05** Stöckl. **0.05** Republic of Doyle - Einsatz für zwei **0.50** Republic of Doyle - Einsatz für zwei

ARD ARD

14.10 Rote Rosen 15.00 Tagesschau 15.10 Sturm der Liebe 16.00 Tagesschau 16.10 Sportschau live, Wintersport 17.15 Tagesschau 17.20 Sportschau vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Einfach Rosa - Verlobt, verlobt, verboten 21.15 Der Staatsanwalt 22.00 heute-journal 22.30 heute-show Kabarett 23.00 Familie Braun 23.05 Familie Braun 23.10 aspekte Kulturmagazin

ZDF

15.05 Bares für Rares 16.00 heute 16.10 Soko Wien 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.05 Soko Kitzbühel 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Bettys Diagnose



20.15 Der Staatsanwalt 21.15 Soko Leipzig 22.00 heute-journal 22.30 heute-show Kabarett 23.00 Familie Braun 23.05 Familie Braun 23.10 aspekte Kulturmagazin

RTL

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



20.15 Die Puppenstars 22.50 Rene Marik live! 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter 0.30 Die Puppenstars 0.45 Rene Marik live! 3.50 RTL Nachtjournal

SAT.1

17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 in Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 The Voice Kids 22.30 Jetzt wird's schräg 23.25 Ladykracher Comedy 23.55 The Voice Kids 2.00 Sechserpack Comedy 2.25 Sechserpack Comedy 2.50 Sechserpack Comedy 3.10 Die Dreisten Drei - Die Comedy WG Comedy

PRO 7

15.05 2 Broke Girls 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 G.I. Joe - Geheimauftrag Cobra Actionfilm, USA '09. Mit C. Tatum 22.30 Matrix Revolutions Sci-Fi-Film, USA '03 0.55 Ruinen Horrorfilm, USA '08. Mit D. Baveas 2.30 Watch Me - das Kinomagazin Kulturmagazin

RTL II

14.55 Hilf mir! Jung, verliebt, verzweifelt... 15.55 Next, Please! 17.00 Die Straßencops 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter



20.15 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie 21.20 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie 22.20 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie

VOX

17.00 Mein himmlisches Hotel 18.00 mieten, kaufen, wohnen 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Law & Order: Special Victims Unit 21.15 Law & Order: Special Victims Unit 22.10 Law & Order: Special Victims Unit 23.05 Law & Order: Special Victims Unit

KABEL EINS

16.55 Abenteuer Leben - täglich neu entdecken 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Notaufnahme! 19.30 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 The Mentalist 21.15 The Mentalist 22.15 The Mentalist 23.15 The Mentalist

NDR

17.10 Leopard, Seebär & Co. 18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 Lust auf Norden 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 die nordstory - Gewagte Träume 21.15 Mein Deutschland 21.45 NDR/Aktuell 22.00 NDR Talk Show 0.00 Inas Nacht 1.00 NDR Talk Show classics

3SAT

17.45 Über den Inseln Afrikas 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Wenn Ärzte Fehler machen 21.00 makro: Bezahlbare Mieten 21.30 auslandsjournal extra 22.10 ZIB 2 22.35 Mississipi Burning - Die Wurzel des Hasses, Thriller 0.35 Berlinale-Studio

WDR

16.15 daheim + unterwegs 18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit Reportage 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Geheimnis Dortmund U 21.00 Der Vorkoster 21.45 WDR aktuell 22.10 Kölner Treff 23.30 Rebell-Comedy 0.00 Schmidteinander

ORF 2

19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Wenn die Staatsanwalt 21.20 Um Himmels Willen 22.10 ZIB 2 22.35 EuroMillionen 22.45 Universum History 23.30 Columbo, Krimi 0.40 Das Tattoo - Tödliche Zeichen, Thriller D/O '00

ARD

8.35 Tagesschau 8.40 Ski-Sport-schau live, Wintersport. Davz. 11.45/14.40 Tagesschau 17.55 Tagesschau 18.00 Sportschau 18.30 Sportschau 19.57 Lotto am Samstag 20.00 Tagesschau



20.15 Biathlon-Weltcup 22.05 Mordkommission Istanbul - Das Ende des Alp Atakan 23.35 Tagesthemen 23.55 Das Wort zum Sonntag

ZDF

16.15 Lafer! Lichter! Lecker! 17.00 heute Xpress 17.05 Länderspiel 17.45 Menschen - das Magazin 18.00 ML mona lisa 18.35 hallo deutschland 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Sibel & Max



20.15 Die versteckte Kamera 2016 23.15 heute-journal 23.30 das aktuelle sportstudio 0.55 heute Xpress 1.00 heute-show Kabarett 1.30 Der Mann aus Alamo

RTL

15.45 Die Trovatos - Detektive decken auf 16.45 Die Trovatos - Detektive decken auf 17.45 Best of...! Deutschlands schnellste Ranking-show 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Explosiv - Weekend



20.15 Deutschland sucht den Superstar Castingshow 22.30 Take Me Out 23.35 Deutschland sucht den Superstar Take Me Out 1.35 Die Trovatos - Detektive decken auf

SAT.1

18.00 K 11 - Kommissare im Einsatz, Krimisoap 18.30 K 11 - Kommissare im Einsatz 19.00 K 11 - Kommissare im Einsatz 19.30 K 11 - Kommissare im Einsatz, Krimisoap 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Noch Tausend Worte Komödie, USA '12 22.05 Coach Carter Drama, USA '05 0.50 Surviving the Game - Tötet ihn Actionfilm, USA '94. Mit Ice-T 2.30 Coach Carter Drama, USA '05

PRO 7

15.35 Two and a Half Men 16.00 2 Broke Girls 16.30 2 Broke Girls 17.00 The Big Bang Theory 17.25 The Big Bang Theory 18.00 News-time 18.05 Die Simpsons 18.35 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Die Insel Sci-Fi-Film, USA '05 23.00 G.I. Joe - Geheimauftrag Cobra Actionfilm, USA '09. Mit C. Tatum 1.15 Die Insel Sci-Fi-Film, USA '05 3.40 Matrix Revolutions Sci-Fi-Film, USA '03

RTL II

14.30 Erdbeben, Katastrophenfilm USA '04 16.20 Ebola, Thriller USA '01 18.15 Das Jahr in dem die Erde gefriert, Katastrophenfilm USA '11 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter



20.15 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie 21.20 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie 22.25 Akte X - Jenseits der Wahrheit Sci-Fi-Film, KAN/USA '08

VOX

16.00 Shopping Queen 18.00 hundkatzen 19.10 3 Engel für Tiere 20.15 Die Fastfood-Revolution - So isst Deutschland 0.35 Law & Order: Special Victims Unit 1.25 Law & Order: Special Victims Unit 2.05 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin

KABEL EINS

17.55 Achtung Notaufnahme! 18.30 Achtung Notaufnahme! 19.05 Achtung Notaufnahme! 19.35 Achtung Notaufnahme! 20.15 Blue Bloods - Crime Scene New York, Krimiserie 21.15 Blue Bloods - Crime Scene New York, Krimiserie 22.15 Navy CIS: L.A. 23.15 Navy CIS 0.15 Navy CIS

NDR

17.35 Tim Mälzer kocht! 18.00 Nordtour 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Tatort, Kriminalfilm 21.45 Großstadtrevier, Krimiserie 22.35 Heiter bis tödlich: Morden im Norden 23.25 Hakan Nesser's Inspektor Barbarotti, Krimi D '11 0.50 Utta Danella, Melodram D '02

3SAT

18.00 Mein Moskau 18.30 Safari in Afrika 19.00 heute 19.30 Bauerfeind assistiert... Hugo Egon Balder 20.00 Tagesschau 20.15 Die Ehe der Maria Braun, Drama D '78 22.10 Der Meisterfälscher 22.40 Der Meisterfälscher 23.10 Maischberger 0.25 lebens.art 1.25 das aktuelle sportstudio

WDR

18.15 Und es schmeckt doch!? 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Begierde - Mord im Zeichen des Zen, Krimi D '15 21.45 Dr. Ludger Stratmann Solo - Kunstfehler 23.15 Die unwahrscheinlichen Ereignisse im Leben von ... Carolin Kebekus 23.45 NightWash

ORF 2

19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Wenn die Mushi spielt - Winter Open Air 22.20 ZIB 22.25 Seitenblicke Spezial 22.50 Der Bulle von Tölz - Liebesleid 0.20 Columbo - Schreib oder stirb, Krimi 1.30 Seitenblicke

ARD

12.00 Tagesschau 12.03 Presclub 12.45 Sportschau live, Wintersport. Davz. 14.20/18.00 Tagesschau 19.29 Gewinnzahlen Deutsche Fernsehlotterie 19.30 Lindenstraße 20.00 Tagesschau



20.15 Tatort: Du gehörst mir 21.45 Anne Will 22.45 Tagesthemen 23.05 ttt - titel thesen temperamente 23.35 Blue Valentine - Vom Ende einer Liebe

ZDF

18.00 Heidelberg: Polizeieinsatz im Flüchtlingsheim 18.30 Superwunder der Natur 19.00 heute 19.10 Berlin direkt 19.28 Aktion Mensch Gewinner 19.30 Faszination Erde - mit Dirk Steffens



20.15 Ein Sommer auf Lanzarote 21.45 heute-journal 22.00 Die Brücke III - Transit in den Tod 23.55 ZDF-History Doku 0.40 heute Xpress

RTL

13.30 Deutschland sucht den Superstar 15.45 Undercover Boss 16.45 Undercover Boss 17.35 RTL Bibelclip 17.45 Exklusiv - Weekend 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Vermisst



20.15 Marvel's The Avengers Fantasyfilm, USA '12 23.00 Spiegel TV Magazin 23.45 Marvel's The Avengers Fantasyfilm, USA '12 2.15 Exklusiv - Weekend Betrugsfälle Dokusoap 3.10

SAT.1

12.20 Auf Streife 13.20 Auf Streife 14.20 Planet 51, Trickfilm E/GB '09 16.10 Die Piraten - Ein Haufen merkwürdiger Typen, Trickfilm GB/USA '12 17.55 Verzeih mir 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Navy CIS Krimiserie 21.15 Navy CIS: New Orleans Krimiserie 22.15 Navy CIS: L.A. 23.15 Criminal Minds 0.10 Navy CIS Krimiserie 1.10 Navy CIS: New Orleans Krimiserie 1.50 Navy CIS: L.A.

PRO 7

10.50 Prestige, Drama USA '06 13.20 17 Again, Komödie USA '09 15.20 Real Steel - Stahlharte Gegner, Abenteuerfilm USA '11 17.55 Newstime 18.05 Die Simpsons 18.35 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Taffe Mädels Komödie, USA '13. Mit S. Bullock, M. McCarthy 22.40 John Rambo Actionfilm, USA '08. Mit S. Stallone 0.10 Taffe Mädels Komödie, USA '13. Mit S. Bullock 2.15 John Rambo Actionfilm, USA '08. Mit S. Stallone

RTL II

16.00 Der Trödeltrupp - Das Geld liegt im Keller 17.00 Mein neuer Alter 18.00 Grip - Das Motor-magazin 19.00 Like! Die größten Internetstörche 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter



20.15 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie 21.20 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie 22.30 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteuerserie

VOX

16.25 Schneller als die Polizei erlaubt 17.00 auto mobil 18.15 biete Rotlaube, suche Traumauto 19.15 Hot oder Schrott - Die Allestester 20.15 Kitchen Impossible 23.20 Prominent! 0.05 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin 1.05 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin

KABEL EINS

16.05 kabel eins news 16.15 Rosins Restaurants - Ein Sterne Koch räumt auf! 18.10 Rosins Restaurants - Ein Sterne Koch räumt auf! 20.15 Die spektakulärsten Kriminalfälle - Dem Verbrechen auf der Spur 22.20 Abenteuer Leben 0.10 Mein Revier 2.05 Time and Tide, Actionfilm HK '00

NDR

17.00 Bingo! - Die Umweltlotterie 18.00 Hanseblick - Inseln im Bodden 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Meine Kindheit in Norddeutschland - Best of 21.45 Sport-schau 22.05 Die NDR Quizshow 22.50 Sportclub 23.35 Sportclub Story - Britta Heidemann

3SAT

19.00 heute 19.10 Zwischen Himmel und Erde - der Tanz der Derwische 19.40 Schätze der Welt - Erbe der Menschheit 20.00 Tagesschau 20.15 Große Kleinkunst 21.45 Zum Lachen in den Keller 23.15 Hurricane, Boxerfilm 1.35 Die Ehe der Maria Braun, Drama D '78 3.30 Hurricane, Boxerfilm

WDR

18.00 Tiere suchen ein Zuhause 19.10 Aktuelle Stunde 19.30 Westpol 20.00 Tagesschau 20.15 Wunderschön! Karibische Träume - Die Dominikanische Republik 21.45 Sportschau Bundesliga am Sonntag 22.05 sport inside 22.35 Sport im Westen 22.45 Zimmer frei! - Tom Schilling

ORF 2

19.17 Lotto 6 aus 45 mit Joker 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Tatort, Krimi 21.50 ZIB 22.00 Im Zentrum 23.05 Picture me, Dokufilm USA '10 0.25 Der Bulle von Tölz - Liebesleid, Krimi 1.55 Josef Meirrad - Ein Jahrhundertschauspieler

| | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|
| ARD 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Gefragt - Gejagt 18.50 Großstadtrevier 19.45 Wissen vor acht - Zukunft 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau  21.00 Amerikas Naturwunder (1/2) [Doku] [21.00] 21.00 Hart aber fair [21.00] 22.15 Tagethemen [22.15] 22.45 Milliarden für Milliardäre [Dokumentation] [22.45] 23.30 Wie solidarisch ist Deutschland? [Doku] [0.15] 0.15 Nachtmagazin [23.30] | ZDF 15.00 heute Xpress 15.05 Bares für Rares 16.00 heute 16.10 Soko Wien 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.05 Soko München 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Wiso  20.15 Unter anderen Umständen [Krimi, D '15] [20.15] 21.45 heute-journal [21.45] 22.15 Dead Man Down [Actionfilm, USA '13] [22.15] 0.00 heute+ Nachrichten [0.00] 0.15 Familie Braun [Comedyserie] [0.15] 1.00 Leroy [Komödie, D '07] [1.00] | RTL 17.30 Unter uns 18.00 Explo-siv - Das Magazin 18.30 Ex-clusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten  20.15 Wer wird Millionär? [20.15] 21.15 Undercover Boss [21.15] 22.15 Extra - Das RTL Ma-gazin Boulevardmagazin [22.15] 23.30 30 Minuten [23.30] 0.00 Deutschland Reportage [0.00] 0.27 RTL Nachtjournal [0.27] 0.30 Das Wetter [0.30] 10 vor 11 Kulturmagazin [10 vor 11] | SAT.1 17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten  20.15 Castle Krimiserie [20.15] 21.15 Castle Krimiserie [21.15] 22.15 Elementary Krimiserie [22.15] 23.15 Navy CIS (1) Krimiserie [23.15] 0.10 Criminal Minds [0.10] 1.10 Castle Krimiserie [1.10] 1.55 Castle Krimiserie [1.55] 2.40 Elementary Krimiserie [2.40] 3.20 Navy CIS (1) Krimiserie [3.20] | PRO 7 15.05 2 Broke Girls 15.35 The Big Bang Theory 16.00 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo  20.15 The Big Bang Theory [20.15] 20.40 The Big Bang Theory [20.40] 21.05 Akte X Mysteryserie [21.05] 22.05 Circus Halligalli [22.05] 23.10 Sido In The Box [23.10] 0.10 The Big Bang Theory [0.10] 0.30 The Big Bang Theory [0.30] 0.55 Family Guy [0.55] 1.20 Futurama Comedyserie [1.20] | RTL II 14.55 Hilf mir! Jung, pleite, ver-zweifelt... 15.55 Next, Please! 17.00 Die Straßencops 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter  20.15 Gottlos - Warum Menschen töten (1) [20.15] 21.15 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteu-erserie [21.15] 22.20 Game Of Thrones - Das Lied von Eis und Feuer Abenteu-erserie [22.20] 23.30 Der Dennis Show (1) [23.30] |
| VOX 16.00 4 Hochzeiten und eine Traumreise 17.00 Mein himmlisches Hotel 18.00 Die Immobilien-jäger 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Chicago Fire 21.15 Chicago Fire 22.10 Suits 23.05 Suits 0.00 Nachrichten 0.20 Medical Detectives - Ge-heimnisse der Gerichtsmedizin  17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Spezial 18.55 Achtung Notauf-nahme! 19.30 Achtung Kontrolle! Ein-satz für die Ordnungshüter 20.15 Lethal Weapon - Zwei stahlharte Profis, Actionfilm USA '86 22.15 Hard to Kill , Actionfilm USA '90 0.15 Lethal Weapon - Zwei stahl-harte Profis, Actionfilm USA '86 [17.55] | KABEL EINS 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Spezial 18.55 Achtung Notauf-nahme! 19.30 Achtung Kontrolle! Ein-satz für die Ordnungshüter 20.15 Lethal Weapon - Zwei stahlharte Profis, Actionfilm USA '86 22.15 Hard to Kill , Actionfilm USA '90 0.15 Lethal Weapon - Zwei stahl-harte Profis, Actionfilm USA '86 [17.55] | NDR 18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 die nordreportage: Zwischen Takelage und Seemanns-knoten 18.45 DAS! 19.30 Regio-nales 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Die Ernährungs-Docs 21.45 NDR/Aktuell 22.00 45 Min - Impotenz - Die Angst der Männer 22.45 Kulturjournal  17.45 ZDF-History 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Netz Natur 21.05 Antarktis, mein wei-ßer Planet 22.00 ZIB 2 22.25 Der Dönerkönig 23.15 Peter Voß fragt Denis Scheck 0.01 Mag-dalena - von einer, die aus-zog, das Fürchten zu lernen [17.45] | 3SAT 17.45 ZDF-History 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Netz Natur 21.05 Antarktis, mein wei-ßer Planet 22.00 ZIB 2 22.25 Der Dönerkönig 23.15 Peter Voß fragt Denis Scheck 0.01 Mag-dalena - von einer, die aus-zog, das Fürchten zu lernen [17.45] | WDR 18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuel-le Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Mord mit Aus-sicht 21.05 Das NRW Duell 21.45 WDR aktuell 22.10 Job im Gepäck: Als Kammerjägerin nach Australi-en 22.40 West ART 23.20 West ART Meisterwerke: „Das Tote Meer“  18.51 heute infos & tips 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Millio-nenshow 21.10 Thema 22.00 ZIB 2 22.30 Kulturmontag 0.00 Tatort 1.30 Kulturmontag 3.00 Seitenblicke 3.05 Soko Donau [18.51] | ORF 2 18.51 heute infos & tips 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Millio-nenshow 21.10 Thema 22.00 ZIB 2 22.30 Kulturmontag 0.00 Tatort 1.30 Kulturmontag 3.00 Seitenblicke 3.05 Soko Donau [18.51] |

| | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|
| ARD 16.10 Verrückt nach Meer 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Gefragt - Gejagt 18.50 Akte Ex 19.45 Wissen vor acht - Natur 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau  20.15 Um Himmels Willen [Familienserie] [20.15] 21.00 In aller Freundschaft [Arztserie] [21.00] 21.45 Report München [21.45] 22.15 Tagethemen [22.15] 22.45 Die Auslöschung [Drama, D '13] [22.45] 0.15 Nachtmagazin [0.15] | ZDF 15.05 Bares für Rares 16.00 heute 16.10 Soko Wien 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.05 Soko Köln 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Rosenheim-Cops  20.15 Iglo, Frosta & Co. - Wie gut ist Tiefkühl-kost? [Dokumentation] [20.15] 21.00 Frontal 21 [Magazin] [21.00] 21.45 heute-journal [21.45] 22.15 Ohne Eltern im fremden Land [Doku] [22.15] 22.45 Mann, Sieber! Kabarett [22.45] 23.15 Markus Lanz [23.15] | RTL 17.30 Unter uns 18.00 Explo-siv - Das Magazin 18.30 Ex-clusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten  20.15 CSI: Vegas Krimiserie [20.15] 21.15 CSI: Cyber Krimiserie [21.15] 22.15 CSI: Miami Krimiserie [22.15] 23.10 CSI: Miami Krimiserie [23.10] 0.00 RTL Nachtjournal [0.00] 0.27 Das Wetter [0.27] 0.30 CSI: Vegas Krimiserie [0.30] 1.25 CSI: Miami Krimiserie [1.25] 2.10 CSI: Miami Krimiserie [2.10] | SAT.1 17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten  20.15 Die Hebamme II [Historienfilm, D '15] [20.15] 22.50 Die wahre Hebamme Reportage [22.50] 23.50 akte 20.16 - Reporter kämpfen für Sie! [23.50] 0.50 Criminal Minds [0.50] 1.45 Criminal Minds [1.45] 2.30 Auf Streife Dokusoap [2.30] | PRO 7 15.05 2 Broke Girls 15.35 The Big Bang Theory 16.00 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo  20.15 Die Simpsons [20.15] 20.45 Die Simpsons [20.45] 21.10 Die Simpsons [21.10] 21.40 Family Guy [21.40] 22.10 Family Guy [22.10] 22.35 Odd Couple [22.35] 23.00 Odd Couple [23.00] 23.30 Two and a Half Men [23.30] 0.00 Two and a Half Men [0.00] | RTL II 14.55 Hilf mir! Jung, pleite, ver-zweifelt... 15.55 Next, Please! 17.00 Die Straßencops 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter  20.15 Der Trödeltrupp - Das Geld liegt im Keller [20.15] 22.15 Die Bauretter (4) [22.15] 0.20 Der Knast - Schwerverbrecher am Limit (10) Dokusoap [0.20] 1.15 Der Trödeltrupp - Das Geld liegt im Keller [1.15] 2.40 Die Bauretter (4) [2.40] |
| VOX 17.00 Mein himmlisches Hotel 18.00 Die Immobilienjäger 19.00 Das perfekte Dinner - Wunschmenü 20.00 Prominent! 20.15 Ewige Helden 22.15 Goodbye Schwe-land! Die Auswanderer 23.15 Die tierischen 10 0.20 Nachrichten 0.40 Medical Detectives - Ge-heimnisse der Gerichtsmedizin  17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Spezial 18.55 Achtung Notauf-nahme! 19.30 Achtung Kontrolle! Ein-satz für die Ordnungshüter 20.15 Die härtesten Jobs der Welt 22.20 K1 Magazin 23.20 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungs-hüter 0.45 Sons of Anarchy, Dra-maserie 1.40 kabel eins late news [17.55] | KABEL EINS 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Spezial 18.55 Achtung Notauf-nahme! 19.30 Achtung Kontrolle! Ein-satz für die Ordnungshüter 20.15 Die härtesten Jobs der Welt 22.20 K1 Magazin 23.20 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungs-hüter 0.45 Sons of Anarchy, Dra-maserie 1.40 kabel eins late news [17.55] | NDR 17.10 Leopard, Seebär & Co. 18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 NaturNah: SOS im Wattenmeer 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tages-schau 20.15 Visite 21.15 Pan-orama 3 21.45 NDR/Aktuell 22.00 Tatort, Kriminalfilm 23.30 Weltbilder 0.00 Das Golddorf  17.45 Fahrt ins Risiko 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kultur-zeit 20.00 Tagesschau 20.15 Aben-teuer Erde: Der Große Kaukasus 21.00 Quarks & Caspers: Fasten 21.45 WDR aktuell 22.10 Das Glück ist eine ernste Sache, Dra-ma D '09 23.40 Last Night - Nur eine Nacht, Romanze F/USA '10 [17.45] | 3SAT 17.45 Fahrt ins Risiko 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kultur-zeit 20.00 Tagesschau 20.15 Aben-teuer Erde: Der Große Kaukasus 21.00 Quarks & Caspers: Fasten 21.45 WDR aktuell 22.10 Das Glück ist eine ernste Sache, Dra-ma D '09 23.40 Last Night - Nur eine Nacht, Romanze F/USA '10 [17.45] | WDR 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuel-le Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Abente-uer Erde: Der Große Kaukasus 21.00 Quarks & Caspers: Fasten 21.45 WDR aktuell 22.10 Das Glück ist eine ernste Sache, Dra-ma D '09 23.40 Last Night - Nur eine Nacht, Romanze F/USA '10  18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuel-le Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Mord mit Aus-sicht 21.05 Das NRW Duell 21.45 WDR aktuell 22.10 Job im Gepäck: Als Kammerjägerin nach Australi-en 22.40 West ART 23.20 West ART Meisterwerke: „Das Tote Meer“ [18.00] | ORF 2 18.51 heute infos & tips 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Universum 21.05 Report 22.00 ZIB 2 22.25 Euro-millionen 22.35 kreuz und quer 23.20 kreuz und quer 0.05 Small World 1.35 Seitenblicke [18.51] |

| | | | | | |
|--|--|--|---|---|---|
| ARD 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Gefragt - Gejagt 18.50 Hubert und Staller 19.45 Wissen vor acht - Werkstatt 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau  20.15 Der Hodscha und die Piepenkötter [Komödie, D '15] [20.15] 21.45 Plusminus [Magazin] [21.45] 22.15 Tagethemen [22.15] 22.45 Maischberger [22.45] 0.00 Nachtmagazin [0.00] 0.20 ttt-extra: Die Berlinale [Kulturmagazin] [0.20] | ZDF 18.05 Soko Wismar 18.54 Lot-to am Mittwoch - Die Gewinn-zahlen 19.00 heute 19.19 Wetter 19.20 UEFA Champions League Magazin 19.35 Die Spe-zialisten - Im Namen der Opfer  20.25 UEFA Champions League KAA Gent - VfL Wolfsburg [Sport] [20.25] 23.15 auslandsjournal [23.15] 23.45 Markus Lanz [23.45] 0.55 heute+ Nachrichten [0.55] 1.10 UEFA Champions League KAA Gent - VfL Wolfsburg [Sport] [1.10] | RTL 17.30 Unter uns 18.00 Explo-siv - Das Magazin 18.30 Ex-clusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten  20.15 Der Bachelor Dokusoap [20.15] 22.15 stern TV Infomagazin [22.15] 0.00 RTL Nachtjournal [0.00] 0.27 Das Wetter [0.27] 0.30 Der Bachelor Dokusoap [0.30] 2.20 Undercover Boss [2.20] 3.15 RTL Nachtjournal [3.15] 3.45 Explosiv - Das Maga-zin Boulevardmagazin [3.45] | SAT.1 17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten  20.15 Freundschaft Plus [Komödie, USA '11] [20.15] 22.30 Spiegel TV - Reportage [22.30] 23.30 24 Stunden Reportage [23.30] 0.30 Auf Streife Dokusoap [0.30] 0.55 News & Stories [0.55] 1.41 So gesehen Religion [1.41] 1.45 Auf Streife Dokusoap [1.45] | PRO 7 15.05 2 Broke Girls 15.35 The Big Bang Theory 16.00 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo  20.15 Zoo Sci-Fi-Serie [20.15] 22.05 Long Weekend [Horrorfilm, USA '08] [22.05] 23.45 Family Guy [23.45] 0.15 Family Guy [0.15] 0.40 Odd Couple [0.40] 1.10 Odd Couple [1.10] 1.40 Wilfred Comedyserie [1.40] 2.00 Wilfred Comedyserie [2.00] | RTL II 14.55 Hilf mir! Jung, pleite, ver-zweifelt... 15.55 Next, Please! 17.00 Die Straßencops 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter  20.15 Teenie-Mütter - Wenn Kinder Kinder kriegen Babys! Kleines Wunder - großes Glück [20.15] 21.15 Babys! Kleines Wunder - großes Glück [21.15] 22.15 Babys! Kleines Wunder - großes Glück (13) Dokusoap [22.15] 23.10 Autopsie - Mysteriöse Todesfälle Krimiserie [23.10] |
| VOX 16.00 4 Hochzeiten und eine Traumreise 17.00 Mein himmlisches Hotel 18.00 Die Immobilien-jäger 19.00 Das perfekte Dinner - Wunschmenü 20.00 Prominent! 20.15 Rizzoli & Isles 21.15 Rizzoli & Isles 22.10 Perception 23.05 Motive 0.00 Rizzoli & Isles 0.55 Nachrichten  17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Spezial 18.55 Achtung Notauf-nahme! 19.30 Achtung Kontrolle! Ein-satz für die Ordnungshüter 20.15 Terminal, Tragikomödie USA '04 22.50 Flightplan - Ohne jede Spur, Thriller USA '05 0.50 kabel eins late news 0.55 Ter-minal , Tragikomödie USA '04 [17.55] | KABEL EINS 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Spezial 18.55 Achtung Notauf-nahme! 19.30 Achtung Kontrolle! Ein-satz für die Ordnungshüter 20.15 Terminal, Tragikomödie USA '04 22.50 Flightplan - Ohne jede Spur, Thriller USA '05 0.50 kabel eins late news 0.55 Ter-minal , Tragikomödie USA '04 [17.55] | NDR 18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 Pferdestärken! 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tages-schau 20.15 Expeditionen ins Tierreich 21.00 Unsere Geschichte USA - Aufwachsen auf Amrum 21.45 NDR/Aktuell 22.00 Großstadt-revier, Krimiserie 22.50 extra 3 Spezial: Der reale Irrsinn XXL  17.00 Die Letzten ihrer Art 17.45 Die Letzten ihrer Art 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kultur-zeit 20.00 Tagesschau 20.15 Fremde Heimat 21.00 Fremde Heimat 21.45 Stadt, Land, Lust - Leben am Niederrhein 22.00 ZIB 2 22.25 Intima-cy , Drama 0.20 Berlinale-Studio [17.00] | 3SAT 17.00 Die Letzten ihrer Art 17.45 Die Letzten ihrer Art 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kultur-zeit 20.00 Tagesschau 20.15 Fremde Heimat 21.00 Fremde Heimat 21.45 Stadt, Land, Lust - Leben am Niederrhein 22.00 ZIB 2 22.25 Intima-cy , Drama 0.20 Berlinale-Studio [17.00] | WDR 18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuel-le Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 markt 21.00 Der Deutsche Bahn-Check 21.45 WDR aktuell 22.10 Todkrank durch die Pille - Frauen kämpfen gegen Bayer 22.55 Der georgische Traum - Sehnsucht nach Europa  18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuel-le Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 markt 21.00 Der Deutsche Bahn-Check 21.45 WDR aktuell 22.10 Todkrank durch die Pille - Frauen kämpfen gegen Bayer 22.55 Der georgische Traum - Sehnsucht nach Europa [18.00] | ORF 2 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Spu-ren des Bösen - Liebe, Krimi D/Ö '15 21.50 Autofocus 22.00 ZIB 2 22.30 Menschen & Mächte 23.25 WELTjournal + 0.10 The Kids Are All Right 1.50 Seitenblicke [19.00] |

ARD

17.15 Brisant **18.00** Gefragt - Gejagt **18.50** In aller Freundschaft - Die jungen Ärzte **19.45** Wissen vor acht - Mensch **19.50** Wetter vor acht **19.55** Börse vor acht **20.00** Tagesschau



20.15 **Kommissarin Louise Boni - Jäger in der Nacht** Krimi, D '16
21.45 **Panorama** Magazin
22.15 **Tagesthemen**
22.45 **extra 3** Satire
23.30 **Alfons und Gäste** Kabarett
0.00 **Nachtmagazin**

ZDF

15.05 Bares für Rares **16.00** heute **16.10** Soko Wien **17.00** heute **17.10** hallo deutschland **17.45** Leute heute **18.05** Soko Stuttgart **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Notruf Hafenkante



20.15 **Der Bergdoktor**
21.45 heute-journal
22.15 maybeit illner
23.15 **Markus Lanz**
0.30 heute+ Nachrichten
0.45 **The Knick** Arztserie
1.40 **Camilla Läckberg: Mord in Fjällbacka** Kriminalfilm, SWE '11

RTL

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



20.15 **Der Lehrer**
21.15 **Der Lehrer**
22.15 **Anwälte der Toten - Rechtsmediziner decken auf** Krimisoap
23.10 **Anwälte der Toten - Rechtsmediziner decken auf** Krimisoap
0.00 **RTL Nachtjournal**

SAT.1

17.00 Mein dunkles Geheimnis **17.30** Schicksals- und plötzlich ist alles anders **18.00** In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment **19.00** In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment **19.55** SAT.1 Nachrichten



20.15 **Criminal Minds** Krimiserie
21.15 **Criminal Minds**
22.15 **Criminal Minds**
23.10 **Profiling Paris**
0.10 **Criminal Minds**
1.10 **Criminal Minds**
1.55 **Criminal Minds**
2.40 **Profiling Paris**

PRO 7

15.05 2 Broke Girls **15.35** The Big Bang Theory **16.00** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** News-time **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo



20.15 **Germany's next Topmodel - by Heidi Klum**
22.30 **Kiss Bang Love**
23.30 **red! Stars, Lifestyle & More** Boulevardmagazin
0.30 **Sirens** Comedyserie
0.55 **Sirens** Comedyserie
1.20 **Apartment 23**
1.50 **Apartment 23**

RTL II

14.55 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... **15.55** Next, Please! **17.00** Die Straßencops **17.57** Promiflash News **18.00** Köln 50667 **19.00** Berlin - Tag & Nacht **20.00** RTL II News **20.14** RTL II Wetter



20.15 **Die Kochprofis - Imbiss-Spezial** Dokusoap
21.15 **Frauentausch**
23.00 **Starshine - Das Comedy Promi-Magazin** (2) Boulevardmagazin
23.30 **Autopsie - Mysteriöse Todesfälle** Krimiserie
0.30 **Flashpoint** Actionserie

VOX

17.00 Mein himmlisches Hotel **18.00** Die Immobilienjäger **19.00** Das perfekte Dinner - Wunschmenü **20.00** Prominent! **20.15** Iron Man, Actionfilm USA '08 **22.40** Final Destination 5, Horrorfilm USA '11 **0.25** Nachrichten **0.45** Iron Man, Actionfilm USA '08 **2.50** Final Destination 5, Horrorfilm USA '11

KABEL EINS

17.55 Mein Lokal, Dein Lokal **18.55** Achtung Notaufnahme! **19.30** Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter **20.15** Bedtime Stories, Komödie USA '08 **22.10** The Fog - Nebel des Grauens, Horrorfilm USA '05 **0.10** Bedtime Stories, Komödie USA '08 **2.00** kabel eins late news

NDR

18.00 Nordmagazin - Land und Leute **18.15** Typisch! Der Inselmaler **18.45** DAS! **19.30** Regionales **20.00** Tagesschau **20.15** mareTV **21.00** mareTV **21.45** NDR//Aktuell **22.00** Besuch für Emma, Tragikomödie D '15 **23.30** Bronski & Bernstein **0.20** Spätschicht - Die Comedy Bühne

3SAT

17.00 Die Macht der Elemente **17.45** Die Macht der Elemente **18.30** nano **19.00** heute **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau **20.15** Ausgeschlachtet **21.00** scobel: Organhandel - Der Wert des Menschen **22.00** ZIB 2 **22.25** Die Katze, Drama **23.50** Berlinale-Studio **0.20** 10 vor 10

WDR

18.00 WDR aktuell / Lokalzeit **18.15** Servicezeit **18.45** Aktuelle Stunde **19.30** Lokalzeit **20.00** Tagesschau **20.15** Tatort - Tödliche Häppchen, Krimi D '11 **21.45** WDR aktuell **22.10** frauTV **22.40** Menschen hautnah: Der Kommissar und seine Söhne **23.25** Menschen hautnah: Kein Wort mehr

ORF 2

19.00 Bundesland heute **19.23** Wetter **19.30** Zeit im Bild **19.49** Wetter **19.55** Sport Aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Die Rosenheim-Cops **21.05** Am Schauplatz **22.00** ZIB 2 **22.30** Eco **23.05** Stöckl. **0.05** Republic of Doyle - Einsatz für zwei **0.45** Republic of Doyle - Einsatz für zwei

ARD

13.00 Sportschau live, Wintersport. Dazw.: 15.00/17.00 Tagesschau **18.50** Gefragt - Gejagt **19.45** Sportschau vor acht **19.50** Wetter vor acht **19.55** Börse vor acht **20.00** Tagesschau



20.15 **Einfach Rosa - Die zweite Chance** Komödie, D '16
21.45 **Tagesthemen**
22.00 **Tatort: Die Wiederkehr** Kriminalfilm, D '15
23.30 **Mankeles Wallander - Das Erbe** Kriminalfilm, D/SWE '10

ZDF

15.05 Bares für Rares **16.00** heute **16.10** Soko Wien **17.00** heute **17.10** hallo deutschland **17.45** Leute heute **18.05** Soko Kitzbühel **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Bettys Diagnose



20.15 **Der Staatsanwalt** Krimiserie
21.15 **Soko Leipzig**
22.00 heute-journal
22.30 heute-show Kabarett
23.00 aspekte Kulturmagazin
23.45 heute+ Nachrichten
0.00 **Familie Braun** Comedyserie

RTL

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



20.15 **Die 2 - Gottschalk & Jauch gegen Alle**
0.00 **RTL Nachtjournal**
0.27 **Das Wetter**
0.30 **Take Me Out**
1.25 **Jungen gegen Mädchen** Spielshow
2.20 **RTL Nachtjournal**
2.50 **stern TV Infomagazin**

SAT.1

17.00 Mein dunkles Geheimnis **17.30** Schicksals- und plötzlich ist alles anders **18.00** In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment **19.00** In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment **19.55** SAT.1 Nachrichten



20.15 **The Voice Kids**
22.30 **Jetzt wird's schräg**
23.25 **Ladykracher** Comedy
0.00 **The Voice Kids**
2.00 **Sechserpack** Comedy
2.25 **Sechserpack** Comedy
2.50 **Sechserpack** Comedy
3.10 **Die Dreisten Drei - Die Comedy WG** Comedy

PRO 7

15.05 2 Broke Girls **15.35** The Big Bang Theory **16.05** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** News-time **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo



20.15 **Super 8** Sci-Fi-Film, USA '11. Mit E. Fanning
22.30 **Priest** Horrorfilm, USA '11. Mit P. Bettany
0.15 **The Warrior's Way** Actionfilm, USA '10
2.05 **Watch Me - Das Kinomagazin** Kulturmagazin
2.15 **Zoo** Sci-Fi-Serie

RTL II

14.55 Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt... **15.55** Next, Please! **17.00** Die Straßencops **17.57** Promiflash News **18.00** Köln 50667 **19.00** Berlin - Tag & Nacht **20.00** RTL II News **20.14** RTL II Wetter



20.15 **Auf der Jagd** Actionfilm, USA '98. Mit Tommy Lee Jones
22.50 **Training Day** Thriller, AUS/USA '01
1.15 **Die Stunde des Jägers** Thriller, USA '02
2.40 **Auf der Jagd** Actionfilm, USA '98

VOX

17.00 Mein himmlisches Hotel **18.00** Die Immobilienjäger **19.00** Das perfekte Dinner - Wunschmenü **20.00** Prominent! **20.15** Law & Order: Special Victims Unit **21.15** Law & Order: Special Victims Unit **22.10** Law & Order: Special Victims Unit **23.05** Law & Order: Special Victims Unit

KABEL EINS

16.55 Abenteuer Leben - täglich neu entdecken **17.55** Mein Lokal, Dein Lokal - Spezial **18.55** Achtung Notaufnahme! **19.30** Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter **20.15** The Mentalist **21.15** The Mentalist **22.15** The Mentalist **23.15** The Mentalist **0.10** The Mentalist

NDR

17.10 Leopard, Seebär & Co. **18.00** Nordmagazin - Land und Leute **18.15** Lust auf Norden **18.45** DAS! **19.30** Regionales **20.00** Tagesschau **20.15** die nordstory - Altes Handwerk, junge Meister **21.15** Hof sucht Bauer **21.45** NDR//Aktuell **22.00** 3nach9 **0.00** Inas Nacht **1.00** 3nach9 classics

3SAT

17.45 Das geheimnisvolle Leben der Pilze **18.30** nano **19.00** heute **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau **20.15** Konzerne klagen - Wir zahlen **21.00** makro: Geldmaschine Fußball **21.30** auslandsjournal extra **22.10** ZIB 2 **22.35** Platoon, Kriegsdrama **0.25** Berlinale-Studio **1.00** Zapp **1.30** 10 vor 10

WDR

16.15 daheim + unterwegs **18.00** WDR aktuell / Lokalzeit **18.15** Servicezeit Reportage **18.45** Aktuelle Stunde **19.30** Lokalzeit **20.00** Tagesschau **20.15** Geheimnis Kölner Hauptbahnhof **21.00** Der Vorkoster **21.45** WDR aktuell **22.10** Kölner Treff **23.30** Rebell-Comedy **0.00** Schmidteinander

ORF 2

19.00 Bundesland heute **19.23** Wetter **19.30** Zeit im Bild **19.49** Wetter **19.55** Sport Aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Der Staatsanwalt **21.15** Um Hermels Willen **22.10** ZIB 2 **22.35** Euromillionen **22.40** Universum History **23.25** Colombo - Mord in der Botschaft, Krimi USA '75

ARD

8.25 neuneinhalb **8.35** Die Pfefferkörner **9.00** Tagesschau **9.05** Sportschau live, Wintersport. Dazw.: 11.45/13.00/15.55 Tagesschau **18.30** Sportschau **19.57** Lotto am Samstag **20.00** Tagesschau



20.15 **Das Glückwunsfest - Silberreisen gratuliert** Unterhaltungsshow Mod. Florian Silberreisen
23.15 **Tagesthemen**
23.35 **Das Wort zum Sonntag** Religionssendung
23.40 **Burn after reading** Komödie, USA '08

ZDF

16.15 Lafer! Lichter! Lecker! **17.00** heute Xpress **17.05** Länderspiegel **17.45** Menschen - das Magazin **18.00** ML mona lisa **18.35** hallo deutschland **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Sibel & Max



20.15 **Kommissarin Lucas** Kriminalfilm
21.45 **Ein Fall für zwei** Krimiserie
22.45 heute-journal
23.00 **das aktuelle sportstudio** Sportmagazin
0.25 heute Xpress
0.30 heute-show Kabarett

RTL

15.45 Die Trovatos - Detektive decken auf **16.45** Die Trovatos - Detektive decken auf **17.45** Best of...! Deutschlands schnellste Ranking-show **18.45** RTL Aktuell **19.03** Das Wetter **19.05** Explosiv - Weekend



20.15 **Deutschland sucht den Superstar** Castingshow
22.30 **Take Me Out**
23.30 **Deutschland sucht den Superstar**
1.30 **Take Me Out**
2.25 **Die Trovatos - Detektive decken auf**

SAT.1

18.00 K 11 - Kommissare im Einsatz, Krimisoap **18.30** K 11 - Kommissare im Einsatz **19.00** K 11 - Kommissare im Einsatz **19.30** K 11 - Kommissare im Einsatz, Krimisoap **19.55** SAT.1 Nachrichten



20.15 **Kindsköpfe** Komödie, USA '10. Mit A. Sandler
22.20 **ran Boxen: Countdown** Sportreportage
0.30 **The Defender** Actionfilm, D/GB '04
2.15 **Command Performance** Actionfilm, USA '09

PRO 7

15.35 Two and a Half Men **16.05** 2 Broke Girls **16.30** 2 Broke Girls **17.00** The Big Bang Theory **17.30** The Big Bang Theory **18.00** News-time **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo



20.15 **So Undercover** Komödie, USA '11. Mit Miley Cyrus
22.10 **Super 8** Sci-Fi-Film, USA '11. Mit E. Fanning
0.20 **Priest** Horrorfilm, USA '11. Mit P. Bettany
2.00 **Rise: Blood Hunter** Horrorfilm, USA '06

RTL II

16.10 Die Flut - Wenn das Meer die Städte verschlingt, Katastrophenfilm GB/KAN '07 **18.15** 10.0 - Das Erdbeben-Inferno, Katastrophenfilm USA '14 **20.00** RTL II News **20.14** RTL II Wetter



20.15 **Hartz und herzlich - Die Eisenbahnsiedlung von Duisburg** Dokumentation
23.25 **Titel stand bei Red.-Schluss noch nicht fest**
0.25 **Training Day** Thriller, AUS/USA '01

VOX

17.00 Shopping Queen **18.00** hundkatzenmaus **19.10** 3 Engel für Tiere **20.15** Stichtag - Schluss mit gemeintlich, Komödie USA '10 **22.05** Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin **23.05** Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin **0.05** Law & Order: Special Victims Unit

KABEL EINS

17.55 Achtung Notaufnahme! **18.30** Achtung Notaufnahme! **19.00** Achtung Notaufnahme! **19.35** Achtung Notaufnahme! **20.15** Blue Bloods - Crime Scene New York, Krimiserie **21.15** Blue Bloods - Crime Scene New York, Krimiserie **22.15** Navy CIS: L.A. Krimiserie **23.10** Navy CIS **0.10** Navy CIS

NDR

18.00 Nordtour **18.45** DAS! **19.30** Regionales **20.00** Tagesschau **20.15** Heiraten ist auch keine Lösung, Komödie D '12 **21.45** Großstadtrevier, Krimiserie **22.35** Heiter bis tödlich: Morden im Norden **23.25** Charlotte Link, Melodram D '13 **0.50** Heiraten ist auch keine Lösung, Komödie D '12

3SAT

16.30 Die Halbzarte, Komödie **18.00** Mein Washington **18.30** Das Comeback der Bronx **19.00** Berlinale 2016: Die Bärenverleihung **20.15** Barbara, Drama **21.55** Der Meisterfälscher **22.25** Der Meisterfälscher **22.55** Erich Loest - Ein deutscher Rebell **23.25** Maischberger

WDR

18.15 Und es schmeckt doch!? **18.45** Aktuelle Stunde **19.30** Lokalzeit **20.00** Tagesschau **20.15** Hochzeit, Komödie D '12 **21.45** Stratmanns - Jupps Kneipentheater im Pott **22.45** Die unwahrscheinlichen Ereignisse im Leben von...Wigald Boning **23.15** Nühr im Ersten **0.00** Schmidteinander

ORF 2

19.23 Wetter **19.30** Zeit im Bild **19.49** Wetter **19.55** Sport Aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Das Glückwunsfest - Silberreisen gratuliert **23.20** ZIB **23.30** Der Bulle von Tölz - In guten Händen, Krimi D '04 **1.05** Titel stand bei Red.-Schluss noch nicht fest **2.15** Seitenblicke

| | | | | | |
|--|--|---|--|---|--|
| <p>ARD 17.30 Dennis - und wie er die Welt sieht 18.00 Sportschau 18.30 Bericht aus Berlin 18.49 Gewinnzahlen Deutsche Fernsehlotterie 18.50 Lindenstraße 19.20 Weltspiegel 20.00 Tagesschau</p>  <p>20.15 Tatort: Im gelobten Land 21.45 Anne Will 22.45 Tagesthemen 23.05 ttt - titel thesen temperamente 23.35 Druckfrisch 0.05 Betty Anne Waters</p> | <p>ZDF 17.00 heute 17.10 ZDF SPOR-Treportage 18.00 Der Erkönig-Jäger 18.30 Terra Xpress 19.00 heute 19.10 Berlin direkt 19.28 Aktion Mensch Gewinn 19.30 Herman, der Apache</p>  <p>20.15 Marie räumt auf 21.45 heute-journal 22.00 Die Brücke III - Transit in den Tod 23.55 ZDF-History Doku 0.40 heute Xpress</p> | <p>RTL 14.30 Deutschland sucht den Superstar 16.45 Undercover Boss 17.35 RTL Bibelclip 17.45 Exklusiv - Weekend 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Vermisst Spezial - Das Wiedersehen</p>  <p>20.15 2 Guns 22.10 Spiegel TV Magazin 23.20 2 Guns 1.15 Exklusiv - Weekend 2.15 Betrugsfälle 2.45 Die Trovatos - Detektive decken auf</p> | <p>SAT.1 11.55 Auf Streife 12.50 Auf Streife 13.50 Freche Mädchen, Komödie 14.08 15.50 Kinds-köpfe, Komödie 15.10 17.55 Ganz in Weiß 18.55 Verzeih mir 19.55 SAT.1 Nachrichten</p>  <p>20.15 Navy CIS Krimiserie 21.15 Navy CIS: New Orleans Krimiserie 22.15 Navy CIS: L.A. 23.10 Criminal Minds 0.10 Navy CIS Krimiserie 1.05 Navy CIS: New Orleans Krimiserie 1.50 Navy CIS: L.A.</p> | <p>PRO 7 12.40 Galileo Spezial: Superhelden 13.50 Footloose, Musikfilm 14.11 16.05 So Undercover, Komödie 17.11 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo</p>  <p>20.15 Jack Ryan: Shadow Recruit Agentenfilm, RUS/USA '14. Mit Chris Pine, Kevin Costner 22.25 Krieg der Götter Fantasyfilm, USA '11 0.35 Jack Ryan: Shadow Recruit Agentenfilm, RUS/USA '14</p> | <p>RTL II 16.00 Der Trödeltrupp - Das Geld liegt im Keller 17.00 Mein neuer Alter 18.00 Grip - Das Motor-magazin 19.00 Like! Die größten Internetstars 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter</p>  <p>20.15 Waterworld Actionfilm, USA '95. Mit K. Costner 22.55 The Colony - Hell Freezes Over Sci-Fi-Film, KAN '13 0.40 Das Nachrichtenjournal 1.10 Waterworld Actionfilm, USA '95. Mit K. Costner</p> |
|--|--|---|--|---|--|

| | | | | | |
|--|---|--|--|--|---|
| <p>VOX 16.25 Schneller als die Polizei erlaubt 17.00 auto mobil 18.15 biete Rostlaube, suche Traumauto 19.15 Hot oder Schrott - Die Allesterster 19.15 Kitchen Impossible 23.20 Prominent! 0.05 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin 1.05 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin</p> | <p>KABEL EINS 16.00 kabel eins news 16.10 Rosins Restaurants - Ein Sternkoch räumt auf! 18.10 Rosins Restaurants - Ein Sternkoch räumt auf! 20.15 Die spektakulärsten Kriminalfälle - Dem Verbrechen auf der Spur 22.20 Abenteuer Leben 0.10 Mein Revier - Ordnungshüter räumen auf</p> | <p>NDR 17.00 Bingo! 18.00 Nordsee-report 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Landpartie - Juist und Baltrum 21.45 Sportschau 22.05 Die NDR Quizshow 22.50 Sportclub 23.35 Sportclub Story 0.05 Inspector Mathias - Mord in Wales: Die Brücke des Teufels, Krimi GB '13</p> | <p>3SAT 19.10 Die Lust am Teilen 19.40 Schätze der Welt - Erbe der Menschheit 20.00 Tagesschau 20.15 Verleihung Deutscher Kleinkunstpreis 2016 21.30 Nuhr im Ersten 22.15 Kulturzeit extra: Berlinale 2016 - die Filme, die Stars, die Bären 23.00 Polizeiruf 110: Alibi für eine Nacht, Kriminalfilm</p> | <p>WDR 18.00 Tiere suchen ein Zuhause 19.10 Aktuelle Stunde 19.30 Westpol 20.00 Tagesschau 20.15 Wunderschön! Amsterdäm - alte Stadt ganz jung 21.45 Sportschau Bundesliga am Sonntag 22.05 sport inside 22.35 Sport im Westen 22.45 Zimmer frei! - Yvonne Willicks</p> | <p>ORF 2 18.25 Österreich-Bild 19.00 Bundesland heute 19.16 Wetter 19.17 Lotto 6 aus 45 mit Joker 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Tatort, Krimi 21.50 ZIB 22.00 Im Zentrum 23.05 Die Bären sind los 23.15 Die Lebenden, Drama D/O '12</p> |
|--|---|--|--|--|---|

| | | | | | |
|---|---|---|--|--|--|
| <p>ARD 16.10 Verrückt nach Meer 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Paarduell 18.50 Großstadtrevier 19.45 Wissen vor acht - Zukunft 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau</p>  <p>20.15 Amerikas Naturwunder (2/2) 21.00 Hart aber fair 22.15 Tagesthemen 22.45 Die Fußball-Mafia - Blatters vergiftetes Erbe 23.30 Geheimnisvolle Orte (1/7)</p> | <p>ZDF 15.00 heute Xpress 15.05 Bares für Rares 16.00 heute 16.10 Soko Wien 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.05 Soko München 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Wiso</p>  <p>20.15 Das Dorf des Schweigens 21.45 heute-journal 22.15 Cold Blood - Kein Ausweg, keine Gnade 23.40 heute+ 23.55 Operation Naked</p> | <p>RTL 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten</p>  <p>20.15 Wer wird Millionär? - Das große Zocker-Special Quizshow 22.15 Extra - Das RTL Magazin Boulevardmagazin 23.30 30 Minuten Deutschland Reportage 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter</p> | <p>SAT.1 17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten</p>  <p>20.15 Castle Krimiserie 21.15 Castle Krimiserie 22.15 Elementary Krimiserie 23.15 Navy CIS (2) Krimiserie 0.10 Criminal Minds 1.10 Castle Krimiserie 1.50 Castle Krimiserie 2.40 Elementary Krimiserie 3.20 Navy CIS (2) Krimiserie</p> | <p>PRO 7 15.10 2 Broke Girls 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</p>  <p>20.15 The Big Bang Theory 20.40 The Big Bang Theory 21.10 Akte X Mysteryserie 22.10 Circus Halligalli 23.10 Palina In The Box 0.05 The Big Bang Theory 0.30 The Big Bang Theory 0.55 Family Guy 1.20 Futurama Comedyserie</p> | <p>RTL II 15.55 Dein neuer Style 16.55 Dein neuer Style - Entdecke deine Schönheit! 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter</p>  <p>20.15 Gottlos - Warum Menschen töten (2) 21.15 Gottlos - Warum Menschen töten (3) 22.15 Gottlos - Die Dokumentation: Warum Menschen töten 23.15 Der Dennis Show (2)</p> |
|---|---|---|--|--|--|

| | | | | | |
|--|--|---|---|--|---|
| <p>VOX 16.00 4 Hochzeiten und eine Traumreise 17.00 Mein himmlisches Hotel 18.00 Die Immobilienjäger 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Chicago Fire 21.15 Chicago Fire 22.05 Suits 23.00 Suits 23.55 Nachrichten 0.15 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin</p> | <p>KABEL EINS 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Achtung Notaufnahme! 19.30 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Lethal Weapon II - Brennpunkt L.A., Actionkomödie USA '88 22.35 Nico, Actionfilm USA '87 0.30 Lethal Weapon II - Brennpunkt L.A., Actionkomödie USA '88</p> | <p>NDR 18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 die nordreportage: Wenn die großen Pötte kommen 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Der große Urlaubsscheck: Gran Canaria 21.45 NDR/Aktuell 22.00 45 Min - Hilfe, ich brauche ein Hörgerät 22.45 Kulturjournal</p> | <p>3SAT 17.45 ZDF-History 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Netz Natur 21.05 Mit Bärenwaisen durchs Tigerland 22.00 ZIB 22.25 Wie der Krieg nach Europa kam 23.15 Heimat-Verbunden - Durch Krieg und Flucht getrennt 23.55 Brüderchen und Schwesterchen</p> | <p>WDR 18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Mord mit Aussicht 21.05 Das NRW Duell 21.45 WDR aktuell 22.10 Job im Gepäck: Als Postbote nach Marokko 22.40 West ART 23.20 West ART Meisterwerke</p> | <p>ORF 2 18.51 heute infos & tips 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Millio-nenshow 21.10 Thema 22.00 ZIB 22.30 Kulturmontag 0.00 Tatort 1.30 Kulturmontag 3.00 Seitenblicke 3.05 Soko Donau</p> |
|--|--|---|---|--|---|

| | | | | | |
|---|--|---|---|---|--|
| <p>ARD 16.10 Verrückt nach Meer 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Paarduell 18.50 Akte Ex 19.45 Wissen vor acht - Natur 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau</p>  <p>20.15 Um Himmels Willen 21.00 In aller Freundschaft 21.45 Report Mainz 22.15 Tagesthemen 22.45 Alleinangang 0.15 Nachtmagazin 0.35 Socke Dokufilm, USA '07</p> | <p>ZDF 15.05 Bares für Rares 16.00 heute 16.10 Soko Wien 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.05 Soko Köln 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Rosenheim-Cops</p>  <p>20.15 Wie gut sind unsere Chefs? 21.00 Frontal 21 21.45 heute-journal 22.15 Die Anstalt Kabarett 23.00 Leschs Kosmos 23.30 Markus Lanz 0.45 heute+ 1.00 Neu im Kino Kultur</p> | <p>RTL 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exklusiv - Das Starmagazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten</p>  <p>20.15 CSI: Vegas Krimiserie 21.15 CSI: Cyber Krimiserie 22.15 The Blacklist 23.10 The Blacklist 0.00 RTL Nachtjournal 0.27 Das Wetter 0.30 CSI: Vegas Krimiserie 1.20 The Blacklist 2.10 The Blacklist</p> | <p>SAT.1 17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten</p>  <p>20.15 Weil ich dich liebe Liebesfilm, D '16 22.15 akte 20.16 - Reporter kämpfen für Sie! Infomagazin 23.15 SAT.1 Reportage 0.10 Criminal Minds 1.10 Criminal Minds 1.55 Auf Streife Dokusoap</p> | <p>PRO 7 15.05 2 Broke Girls 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</p>  <p>20.15 Die Simpsons 20.45 Die Simpsons 21.10 Die Simpsons 21.40 Family Guy 22.10 Family Guy 22.35 Odd Couple 23.05 Odd Couple 23.30 Two and a Half Men 0.00 Two and a Half Men</p> | <p>RTL II 15.55 Dein neuer Style 16.55 Dein neuer Style - Entdecke deine Schönheit! 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter</p>  <p>20.15 Der Trödeltrupp - Das Geld liegt im Keller 22.15 Die Brauterei (5) 0.15 Liebe und Sex im Porno-Zeitalter Reportage 1.20 Der Trödeltrupp - Das Geld liegt im Keller 2.45 Ärger im Revier - Auf Streife mit der Polizei</p> |
|---|--|---|---|---|--|

| | | | | | |
|--|---|---|--|--|--|
| <p>VOX 17.00 Mein himmlisches Hotel 18.00 Die Immobilienjäger 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Ewige Helden 22.15 Goodbye Deutschland! Die Auswanderer 23.15 Die tierischen 10 0.15 Nachrichten 0.35 Medical Detectives - Geheimnisse der Gerichtsmedizin</p> | <p>KABEL EINS 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Notaufnahme! 19.30 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Die härtesten Jobs der Welt, Dokusoap 22.20 K1 Magazin 23.20 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 0.45 Sons of Anarchy, Dramaserie</p> | <p>NDR 17.10 Leopard, Seebär & Co. 18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 NaturNah: Der High-lander 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Visite 21.15 Panorama 3 21.45 NDR/Aktuell 22.00 Tatort, Kriminalfilm 23.30 Weltbilder 0.00 Bücherjournal</p> | <p>3SAT 17.00 Sambesi 17.45 Sambesi 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Ein mörderisches Geschäft, Kriminalfilm 21.45 Close up 22.00 ZIB 22.25 Invasion der Barbaren, Tragikomödie 0.01 37 Grad: Ohne Eltern im fremden Land 0.30 10 vor 10</p> | <p>WDR 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Abenteuer Erde: Jäger der Anden - Der Puma 21.00 Quarks & Caspers: Geschwindigkeit - 7 Dinge, die Sie wissen sollten! 21.45 WDR aktuell 22.10 Zeit des Erwachens, Drama USA '90 1.00 Domian</p> | <p>ORF 2 18.51 heute infos & tips 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Universum 21.05 Report 22.00 ZIB 22.25 Euro-millionen 22.35 kreuz und quer 0.05 In meinem Himmel, Drama 2.05 Seitenblicke 2.10 Universum</p> |
|--|---|---|--|--|--|

ARD ARD

17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Paarduell 18.50 Hubert und Staller 19.45 Wissen vor acht - Werkstatt 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Die Akte General Drama, D '16 21.45 Plusminus 22.15 Tagesthemen 22.45 Maischberger 0.00 Nachtmagazin 0.20 Die Akte General Drama, D '16 1.53 Tagesschau

ZDF

18.05 Soko Wismar 18.54 Lot-to am Mittwoch - Die Gewinnzahlen 19.00 heute 19.19 Wetter 19.20 UEFA Champions League Magazin 19.35 Die Spezialisten - Im Namen der Opfer



20.25 UEFA Champions League PSV Eindhoven - Atlético Madrid Sportübertragung Achtelfinale Hinspiel 23.05 FIFA - Das Foulspiel der Mächtigen 23.50 Markus Lanz heute+ Nachrichten

RTL

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



20.15 Die 10 entscheidendsten Sekunden, die alles veränderten Unterhaltungsshow 21.15 Der Bachelor Dokusoap 22.15 stern TV Infomagazin 0.00 RTL Nachtjournal Das Wetter 0.27 Der Bachelor Dokusoap

SAT.1

17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Freunde mit gewissen Vorzügen Komödie, USA '11 22.30 Spiegel TV - Reportage 23.30 24 Stunden Reportage 0.30 Auf Streife Dokusoap 0.55 News & Stories 1.44 So gesehen Religion

PRO 7

15.10 2 Broke Girls 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Grey's Anatomy - Die jungen Ärzte Arztserie 21.10 Grey's Anatomy - Die jungen Ärzte Arztserie 22.10 Code Black 23.05 Code Black 23.55 Family Guy 0.20 Family Guy 0.50 Odd Couple

RTL II

15.55 Dein neuer Style 16.55 Dein neuer Style - Entdecke deine Schönheit! 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter



20.15 Teenie-Mütter - Wenn Kinder Kinder kriegen 21.15 Babys! Kleines Wunder - großes Glück 22.15 Babys! Kleines Wunder - großes Glück (14) Dokusoap 23.10 Autopsie - Mysteriöse Todesfälle Krimiserie

VOX

15.00 Shopping Queen 16.00 4 Hochzeiten und eine Traumreise 17.00 Mein himmlisches Hotel 18.00 Die Immobilienjäger 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Rizzoli & Isles 21.15 Rizzoli & Isles 23.05 Motive 0.00 Rizzoli & Isles 0.55 Nachrichten

ARD

17.15 Brisant 18.00 Paarduell 18.50 In aller Freundschaft - Die jungen Ärzte 19.45 Wissen vor acht - Mensch 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Unser Lied für Stockholm Musikshow 22.15 Monitor Politmagazin 22.45 Tagesthemen 23.15 Ladies Night 0.00 Die Wiwaldi Show 0.30 Nachtmagazin 0.50 Unser Lied für Stockholm Musikshow

KABEL EINS

17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Notaufnahme! 19.30 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Catch Me If You Can, Komödie USA '02 23.25 Edison - Stadt des Verbrechens, Thriller USA '04 1.30 Watch Me - das Kinomagazin

ZDF

15.05 Bares für Rares 16.00 heute 16.10 Soko Wien 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.05 Soko Stuttgart 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Notruf Hafenkante



20.15 I can do that! heute-journal maybrit illner Markus Lanz heute+ Nachrichten The Knick Arztserie Camilla Läckberg: Mord in Fjällbacka Kriminalfilm, SWE '11

NDR

18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 Wie geht das? Airbus - jeden Tag ein Flugzeug 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Expeditionen ins Tierreich 21.00 Unsere Geschichte - Mein erstes Auto 21.45 NDR/Aktuell 22.00 Großstadtrevier, Krimiserie 22.50 extra 3 23.20 Zapp

RTL

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



20.15 Der Lehrer 21.15 Der Lehrer 22.15 Anwälte der Toten - Rechtsmediziner decken auf Krimisoap 23.10 Anwälte der Toten - Rechtsmediziner decken auf Krimisoap 0.00 RTL Nachtjournal

3SAT

17.45 Spreewald 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Unser Deutschland - zwei Syrer auf Winterreise 21.00 Unser Deutschland - zwei Syrer auf Winterreise 22.00 ZIB 2 22.25 Precious - Das Leben ist kostbar, Drama 0.05 Verheizt für billige Milch

SAT.1

17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 Criminal Minds Krimiserie 21.10 Criminal Minds 22.15 Criminal Minds 23.10 Profiling Paris 0.15 Criminal Minds 1.10 Criminal Minds 1.55 Criminal Minds 2.45 Profiling Paris

WDR

18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 markt 21.45 WDR aktuell 22.10 Die Fußball-Mafia - Blatters vergiftetes Erbe 23.25 Unter Beschuss - Auslösen 0.05 Fremde Heimat 0.50 Erlebnisreisen-Tipp

PRO 7

15.10 2 Broke Girls 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Germany's next Topmodel - by Heidi Klum 22.25 Kiss Bang Love 23.30 red! Stars, Lifestyle & More Boulevardmagazin 0.30 Sirens Comedyserie 0.55 Sirens Comedyserie 1.20 Sirens Comedyserie 1.50 Apartment 23

ORF 2

19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Choppe - Nicht von dieser Welt, Komödie D/Ö '15 21.45 Autofocus 22.00 ZIB 2 22.30 WELTjournal 23.05 WELTjournal + 23.50 Drachenläufer, Drama USA '07

RTL II

15.55 Dein neuer Style 16.55 Dein neuer Style - Entdecke deine Schönheit! 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter



20.15 Die Kochprofis - Einsatz am Herd 21.15 Frauentausch 23.00 Starshine - Das Comedy Promi-Magazin (3) Boulevardmagazin 23.30 Autopsie - Mysteriöse Todesfälle Krimiserie 0.30 Flashpoint Actionserie

VOX

17.00 Mein himmlisches Hotel 18.00 Die Immobilienjäger 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 American Pie: Das Klassentreffen, Komödie USA '12 22.30 Wie ausgewechselt, Komödie USA '11 0.40 Nachrichten 1.00 American Pie: Das Klassentreffen, Komödie USA '12

ARD

16.10 Verrückt nach Meer 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Paarduell 18.50 Paarduell 19.45 Sportschau vor acht 19.50 Wetter vor acht 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Hotel Heidelberg - Kramer gegen Kramer Melodram, D '16 21.45 Tagesthemen 22.00 Tattort: Blackout Kriminalfilm, D '14 23.30 Mankells Wallander - Inkasso Kriminalfilm, D/SWE '10

KABEL EINS

18.55 Achtung Notaufnahme! 19.30 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 Die Reise zum Mittelpunkt der Erde, Sci-Fi-Film USA '08 22.05 Asterix & Obelix gegen Cäsar, Abenteuerfilm F/IT '98 0.20 Die Reise zum Mittelpunkt der Erde, Sci-Fi-Film USA '08

ZDF

15.05 Bares für Rares 16.00 heute 16.10 Soko Wien 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.05 Soko Kitzbühel 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Bettys Diagnose



20.15 Der Staatsanwalt Krimiserie 21.15 Letzte Spur Berlin 22.00 heute-journal 22.30 heute-show Kabarett 23.00 Sketch History Comedy 23.25 Das Literarische Quartett Literaturmagazin 0.10 heute+ Nachrichten

NDR

18.15 Typisch! Conny Abbas 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 Länder - Menschen - Abenteuer 21.00 Länder - Menschen - Abenteuer 21.45 NDR/Aktuell 22.00 Reiff für die Insel - Katharina und der große Schatz, Komödie D '15 23.30 Bronski & Bernstein

RTL

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



20.15 Wer wird Millionär? Quizshow 21.15 Die ultimative Chart Show - Die erfolgreichsten Sänger aller Zeiten Unterhaltung 0.00 RTL Nachtjournal Das Wetter 0.27 Take Me Out

3SAT

17.45 Neuseeland von oben - Ein Paradies auf Erden 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 wissen aktuell: Wunderwerk Sprache 22.00 ZIB 2 22.25 Thelma & Louise, Roadmovie 0.30 10 vor 10 1.00 Rundschau 1.40 Brüderchen und Schwesterchen

SAT.1

17.00 Mein dunkles Geheimnis 17.30 Schicksale - und plötzlich ist alles anders 18.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.00 In Gefahr - Ein verhängnisvoller Moment 19.55 SAT.1 Nachrichten



20.15 The Voice Kids 22.30 Jetzt wird's schräg 23.25 Ladykracher Comedy 23.55 The Voice Kids 1.50 Sechserpack Comedy 2.15 Sechserpack Comedy 2.40 Sechserpack Comedy 3.00 Die Dreisten Drei - Die Comedy WG Comedy

WDR

18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Tatort - Ein neues Leben, Krimi D '12 21.45 WDR aktuell 22.10 Menschen hautnah: Wenn ich sterbe, werde ich ein Adler 22.55 Überleben - Nach dem Verbrechen 23.25 Grenzgänge mit Ulrike Kriener

PRO 7

15.10 2 Broke Girls 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 News-time 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Die drei Musketiere Abenteuerfilm, D/F '11 22.30 Conan Fantasyfilm, USA '11. Mit J. Momoa 0.40 Ninja - Revenge Will Rise Actionfilm, USA '09 2.15 Watch Me - das Kinomagazin Kulturmagazin Spätnachrichten

ORF 2

19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Rosenheim-Cops 21.05 Am Schauplatz 22.00 ZIB 2 22.30 Eco 23.05 Stöckl. 0.05 Republic of Doyle - Einsatz für zwei 0.45 Patricia Cornwell - Gefahr, Krimi KAN/USA '10

RTL II

15.55 Dein neuer Style 16.55 Dein neuer Style - Entdecke deine Schönheit! 17.57 Promiflash News 18.00 Köln 50667 19.00 Berlin - Tag & Nacht 20.00 RTL II News 20.14 RTL II Wetter



20.15 The Specialist Actionfilm, USA '94 22.25 Cliffhanger - Nur die Starken überleben Actionfilm, F/IT '93 0.10 Red Heat Actionfilm, USA '88 1.55 The Specialist Actionfilm, USA '94

VOX

17.00 Mein himmlisches Hotel 18.00 Die Immobilienjäger 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Prominent! 20.15 Law & Order: Special Victims Unit 21.15 Law & Order: Special Victims Unit 22.10 Law & Order: Special Victims Unit 23.05 Law & Order: Special Victims Unit 0.00 Nachrichten

KABEL EINS

16.55 Abenteuer Leben - täglich neu entdecken 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Wo schmeckt's am besten? 18.55 Achtung Notaufnahme! 19.30 Achtung Kontrolle! Einsatz für die Ordnungshüter 20.15 The Mentalist 21.15 The Mentalist 22.20 The Mentalist 23.20 The Mentalist

NDR

18.00 Nordmagazin - Land und Leute 18.15 Lust auf Nord- 18.45 DAS! 19.30 Regionales 20.00 Tagesschau 20.15 die nordstory - Frischer Wind im Kunststall 21.15 Die Berg-Ärztin 21.45 NDR/Aktuell 22.00 NDR Talk Show 0.00 NDR Comedy Contest 1.00 NDR Talk Show classics

3SAT

17.45 Indiens wilde Schönheit 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Die Fußball-Mafia - Blatters vergiftetes Erbe 21.00 makro: Brasilien in Not 21.30 auslandsjournal extra 22.10 ZIB 2 22.35 Die durch die Hölle gehen, Kriegsdrama 1.30 Zapp

WDR

15.15 Die Fußball-Mafia 16.00 WDR aktuell 16.15 daheim + unterwegs 18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Geheimnis Duisburger Hafen 21.00 Lichters Schnitzeljagd 21.45 WDR aktuell 22.10 Kölner Treff 23.30 RebellComedy

ORF 2

19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.49 Wetter 19.55 Sport Aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Der Staatsanwalt 21.20 Um Himmels Willen 22.10 ZIB 2 22.35 Euro-millions 22.55 Universum History 23.35 Columbo - Wenn der Schein trügt, Krimi USA '75

AKZENT - HOTELS -



Hotline + 49 (0) 53 21 / 75 91 40 Fax · + 49 (0) 53 21 / 75 91 49 · Spitalstraße 1 · D-38640 Goslar · www.akzent.de · info@akzent.de

[Pinterest/akzenthotels](https://www.pinterest.com/akzenthotels) · [google+/akzentHotels](https://plus.google.com/akzentHotels) · [Facebook/akzent.hotels](https://www.facebook.com/akzent.hotels)



Romantik Pur: Rosentage

Die Akzent Hotels bieten Ihnen romantische Tage vom Feinsten. Lassen Sie sich von uns verwöhnen und umsorgen. Genießen Sie traute Zweisamkeit und gemeinsam ein unvergessliches mit zahlreichen Überraschungen gespicktes Arrangement.

Leistungen:

- 2x Übernachtung im Doppelzimmer inkl. Frühstücksbuffet
- 1x Edelrosentrauß & 1 Flasche Sekt zur Begrüßung je Paar
- 1x 4 Gang-Candle-Light-Dinner am romantisch mit Rosen geschmückten Tisch
- 1x AKZENT-Rosencocktail
- 1x süßes Abschiedspräsent je Paar

Preise:

- 3-Sterne-Hotels: 2 Personen 299,00 €
- 4-Sterne-Hotels & 3-Sterne-City-Hotels: 2 Personen 333,00 €

