



## Programmwoche 38/2010

18. September - 24. September 2010

- Stand: 01.09.2010 -

**Samstag, 18. September 2010**

- 0.00 Bilder einer Landschaft**  
Die Sextener Dolomiten  
Film von Hans-Dieter Hartl
- 0.45 Gernstl unterwegs**  
Bundesstraße 2 - Starnberg-München
- 1.15 Weltreisen**  
Lofoten - Inseln des Lichts  
Film von Claudia Buckenmaier
- 1.45 nix wie raus ...**  
Unterwegs in Polen -  
Schienenkreuzfahrt durch Masuren
- 2.30 Weltbilder**  
Das Auslandsmagazin  
Moderation: Julia-Niharika Sen
- 3.00 betrifft**  
Traumberuf Koch?  
Film von Ellen Trapp und Kristian Kähler
- 3.45 Direkt dabei**  
Aktivurlaub mal anders  
Videoreporter berichten
- 4.15 in.puncto**  
Trends und Service in EinsPlus  
mit Nicole Köster
- 4.45 Der Spurensuchern (4/4)**  
Ahnen und Wissen
- 5.15 die story**  
Wir sind die Elite - Jungsein gutbürgerlich  
Film von Thorsten Berrar und Achim Scheunert
- 6.00 TELE-GYM**  
Nordic Walking  
Bauch fit (Folge 5)
- 6.15 Hauptsache Gesund**  
Nahrungsergänzung - nützlich oder schädlich?
- 7.00 Gesundheit!**  
u. a. Ihr Recht als Patient
- 7.45 QUIVIVE**  
Das Gesundheitsmagazin
- 8.30 Servicezeit: Gesundheit**
- 9.00 TELE-GYM**  
Aktiv und gesund durch Hatha-Yoga  
Folge 4
- 9.15 Ich mach's!**  
Fleischer/-in  
Film von Hans Peter Kernstock
- 9.30 EINFACH GENIAL**  
Erfindermagazin mit Ulrike Nitzschke
- 10.00 Servicezeit: Mobil**
- 10.30 ARD-Ratgeber: Auto + Verkehr**  
Moderation: Thorsten Link
- 11.00 startklar - das automagazin**
- 11.30 Eisenbahn-Romantik**  
Schweden: Bahnen - Gruben - Einsamkeit

**Samstag, 18. September 2010 - Fortsetzung**

- 12.00 c't magazin**  
Computer & Technik  
Moderation: Mathias Münch
- 12.30 Der Trödel-King**  
Hilfe für die Wasserfreunde Wuppertal  
Schatzsuche in NRW, Folge 62
- 13.15 Bilder einer Landschaft**  
Die Sextener Dolomiten  
Film von Hans-Dieter Hartl
- 14.00 Gernstl unterwegs**  
Bundesstraße 2 - Starnberg-München
- 14.30 Weltreisen**  
Lofoten - Inseln des Lichts  
Film von Claudia Buckenmaier
- 15.00 nix wie raus ...**  
Unterwegs in Polen -  
Schienenkreuzfahrt durch Masuren
- 15.45 Weltbilder**  
Das Auslandsmagazin  
Moderation: Julia-Niharika Sen
- 16.15 Länder - Menschen - Abenteuer**  
Kampf um Amazonien (2/3) - Das Justizschiff
- 17.00 bonus**  
Das SR-Servicemagazin
- 17.30 Marktcheck**
- 18.15 Café Trend**  
Lifestyle-Magazin
- 18.45 Markt**  
Aktuelles Magazin für Wirtschaft und Verbraucher  
Moderation: Steffen Hallaschka
- 19.30 Plusminus**  
Das ARD-Wirtschaftsmagazin  
Moderation: Jörg Boecker
- 20.00 Tagesschau**
- 20.15 Abenteuer Erde**  
Kluge Pflanzen (2/2)  
Blattgeflüster
- 21.00 Expeditionen ins Tierreich**  
Die Schorfheide - Adler und Wölfe in Brandenburg  
Film von Christoph Hauschild und Uwe Anders
- 21.45 Eisbär, Affe & Co.**  
Zoogeschichten aus Stuttgart  
Folge 84
- 22.35 Elefant, Tiger & Co.**  
Grasgeflüster - Geschichten aus dem Leipziger Zoo  
Folge 174
- 23.25 OZON unterwegs**  
Energisteppe oder Heimat? Brandenburgs Landschaften
- 23.55 Wilhelma-Geschichten**  
Tiger (2) und Känguru USA

**Sonntag, 19. September 2010**

- 0.00 Expeditionen ins Tierreich**  
Die Schorfheide - Adler und Wölfe in Brandenburg  
Film von Christoph Hauschild und Uwe Anders
- 0.45 Eisbär, Affe & Co.**  
Zoogeschichten aus Stuttgart  
Folge 84
- 1.35 Elefant, Tiger & Co.**  
Grasgeflüster - Geschichten aus dem Leipziger Zoo  
Folge 174
- 2.25 OZON unterwegs**  
Energiessteppe oder Heimat? Brandenburgs Landschaften
- 2.55 Wilhelma-Geschichten**  
Tiger (2) und Känguru USA
- 3.00 Hauptsache Gesund**  
Nahrungsergänzung - nützlich oder schädlich?
- 3.45 Gesundheit!**  
u. a. Ihr Recht als Patient
- 4.30 QUIVIVE**  
Das Gesundheitsmagazin
- 5.15 Servicezeit: Gesundheit**
- 5.45 TELE-GYM**  
Aktiv und gesund durch Hatha-Yoga  
Folge 4
- 6.00 EINFACH GENIAL**  
Erfindermagazin mit Ulrike Nitzschke
- 6.30 Servicezeit: Mobil**
- 7.00 ARD-Ratgeber: Auto + Verkehr**  
Moderation: Thorsten Link
- 7.30 startklar - das automagazin**
- 8.00 Eisenbahn-Romantik**  
Schweden: Bahnen - Gruben - Einsamkeit
- 8.30 c't magazin**  
Computer & Technik  
Moderation: Mathias Münch
- 9.00 Reisetipp: Tri City: Phoenix, San Diego, Las Vegas**
- 9.15 Bilder einer Landschaft**  
Die Sextener Dolomiten  
Film von Hans-Dieter Hartl
- 10.00 Gernstl unterwegs**  
Bundesstraße 2 - Starnberg-München
- 10.30 Weltreisen**  
Lofoten - Inseln des Lichts  
Film von Claudia Buckenmaier
- 11.00 nix wie raus ...**  
Unterwegs in Polen -  
Schienenkreuzfahrt durch Masuren
- 11.45 Weltbilder**  
Das Auslandsmagazin  
Moderation: Julia-Niharika Sen
- 12.15 Länder - Menschen - Abenteuer**  
Kampf um Amazonien (2/3) - Das Justizschiff

**Sonntag, 19. September 2010 - Fortsetzung**

- 13.00 Nordtour**  
Das norddeutsche Reisemagazin
- 13.45 Fernweh - Die Reisereportage**  
Piemont
- 14.15 Unterwegs in Sachsen**  
Fürstliches aus halber Höhe
- 14.45 100% Urlaub**
- 15.15 Weltreisen**  
Rush-Hour auf dem Mittelmeer  
Zwischen Tanger und Tarifa
- 15.45 Bergauf - Bergab**  
Das Magazin für Bergsteiger
- 16.15 Abenteuer Erde**  
Kluge Pflanzen (2/2)  
Blattgeflüster
- 17.00** (a. d. R. Kompass-Auslandsreportage)  
**Tanz mit dem Vulkan**  
Wenn die Erde Feuer speit
- 17.30 Schätze der Welt**  
Vulkane
- 18.15** (a. d. R. Prisma)  
**Wenn der Supervulkan erwacht**  
Supervolcanoes  
Film von Mark Hedgercoe
- 19.00** (a. d. R. Planet Wissen)  
**Vulkaninseln**  
Vulkaninseln - Magische Feuerberge im Ozean
- 20.00 Tagesschau**
- 20.15 Katastrophen der Vorzeit (2/3)**  
Der Maya-Kollaps  
Film von Cynthia Page
- 21.00 Alles Wissen**  
Moderation: Thomas Ranft
- 21.45 W wie Wissen**  
Wasser ist Leben  
Moderation: Dennis Wilms
- 22.15 Odysso - Wissen entdecken**  
Die Wettermacher
- 22.45 Faszination Wissen**  
Baustelle Bildung: Die ideale Schule  
Moderation: Iska Schreglmann
- 23.15 Kopfball**  
Wissensreporter im Einsatz
- 23.45 Meilensteine der Naturwissenschaft und Technik**  
Isaac Newton und die Gravitation  
Film von Werner Kiefer

**Montag, 20. September 2010**

- 0.00 Alles Wissen**  
Moderation: Thomas Ranft

**Montag, 20. September 2010 - Fortsetzung**

- 0.45 W wie Wissen**  
Wasser ist Leben  
Moderation: Dennis Wilms
- 1.15 Odysso - Wissen entdecken**  
Die Wettermacher
- 1.45 Faszination Wissen**  
Baustelle Bildung: Die ideale Schule  
Moderation: Iska Schreglmann
- 2.15 Kopfball**  
Wissensreporter im Einsatz
- 2.45 Meilensteine der Naturwissenschaft und Technik**  
Isaac Newton und die Gravitation  
Film von Werner Kiefer
- 3.00 EINFACH GENIAL**  
Erfindermagazin mit Ulrike Nitzschke
- 3.30 Servicezeit: Mobil**
- 4.00 ARD-Ratgeber: Auto + Verkehr**  
Moderation: Thorsten Link
- 4.30 startklar - das automagazin**
- 5.00 Eisenbahn-Romantik**  
Schweden: Bahnen - Gruben - Einsamkeit
- 5.30 c't magazin**  
Computer & Technik  
Moderation: Mathias Münch
- 6.00 Reisetipp: Tri City: Phoenix, San Diego, Las Vegas**
- 6.15 Bilder einer Landschaft**  
Die Sextener Dolomiten  
Film von Hans-Dieter Hartl
- 7.00 Gernstl unterwegs**  
Bundesstraße 2 - Starnberg-München
- 7.30 Weltreisen**  
Lofoten - Inseln des Lichts  
Film von Claudia Buckenmaier
- 8.00 nix wie raus ...**  
Unterwegs in Polen -  
Schienenkreuzfahrt durch Masuren
- 8.45 Weltbilder**  
Das Auslandsmagazin  
Moderation: Julia-Niharika Sen
- 9.15 Expeditionen ins Tierreich kompakt**  
Wisente und Wölfe
- 9.25 Willi wills wissen - Gute Frage, nächste Frage!**  
Bundesliga, Astronauten, Meerschweinchen  
Moderation: Willi Weitzel
- 9.30 Expeditionen ins Tierreich**  
Die Schorfheide - Adler und Wölfe in Brandenburg  
Film von Christoph Hauschild und Uwe Anders
- 10.15 Eisbär, Affe & Co.**  
Zoogeschichten aus Stuttgart  
Folge 84

**Montag, 20. September 2010 - Fortsetzung**

- 11.05 Elefant, Tiger & Co.**  
Grasgeflüster - Geschichten aus dem Leipziger Zoo  
Folge 174
- 11.55 OZON unterwegs**  
Energiesteppe oder Heimat? Brandenburgs Landschaften
- 12.25 Wilhelma-Geschichten**  
Tiger (2) und Känguru USA
- 12.30 Abenteuer Erde**  
Kluge Pflanzen (2/2)  
Blattgeflüster
- 13.15 Alles Wissen**  
Moderation: Thomas Ranft
- 14.00 W wie Wissen**  
Wasser ist Leben  
Moderation: Dennis Wilms
- 14.30 Odysso - Wissen entdecken**  
Die Wettermacher
- 15.00 Faszination Wissen**  
Baustelle Bildung: Die ideale Schule  
Moderation: Iska Schreglmann
- 15.30 Kopfball**  
Wissensreporter im Einsatz
- 16.00 Meilensteine der Naturwissenschaft und Technik**  
Isaac Newton und die Gravitation  
Film von Werner Kiefer
- 16.15 ARD-Buffer**  
Leben & genießen
- 17.00 Tagesschau**
- 17.15 nano**  
Die Welt von morgen
- 17.45 Planet Wissen**  
Mega-Stauseen - Riskante Riesenprojekte
- 18.45 Katastrophen der Vorzeit (2/3)**  
Der Maya-Kollaps  
Film von Cynthia Page
- 19.30 Zapp**  
Das Medienmagazin
- 20.00 Tagesschau**
- 20.15 Iss was?!**  
Schweinefilet & Panna Cotta  
Mit Sternekoch Christian Henze & Stephanie Müller-Spirra
- 20.30 Schlemmerreise Altbayern und Schwaben**  
Von Maria Eck zum Chiemsee  
Film von Werner Teufl und Michael Harles
- 21.00 Koch-Kunst mit Vincent Klink**  
Köstlichkeiten vom Kalb
- 21.30 Tim Mälzer kocht!**  
Hackbraten mit Schwarzwurzeln à la Crème,  
Mangokompott
- 22.00 POLETTOs Kochschule**  
Grundkurs Huhn  
Italienische Küche mit Sterneköchin Poletto

## Montag, 20. September 2010 - Fortsetzung

### 22.30 Servicezeit: Essen & Trinken

Ernährungsmagazin  
u. a. Mozzarella im Test

### 23.00 LEAS KochLUST

Amuse Bouche:  
Wachteleier mit Zwiebelconfit

### 23.30 Wünsch dir Sass!

Lamm mit Spargelsalat

## Dienstag, 21. September 2010

### 0.00 Koch-Kunst mit Vincent Klink

Köstlichkeiten vom Kalb

### 0.30 Tim Mälzer kocht!

Hackbraten mit Schwarzwurzeln à la Crème,  
Mangokompott

### 1.00 POLETTOs Kochschule

Grundkurs Huhn  
Italienische Küche mit Sterneköchin Poletto

### 1.30 Servicezeit: Essen & Trinken

Ernährungsmagazin  
u. a. Mozzarella im Test

### 2.00 LEAS KochLUST

Amuse Bouche:  
Wachteleier mit Zwiebelconfit

### 2.30 Wünsch dir Sass!

Lamm mit Spargelsalat

### 3.00 Bilder einer Landschaft

Die Sextener Dolomiten  
Film von Hans-Dieter Hartl

### 3.45 Gernstl unterwegs

Bundesstraße 2 - Starnberg-München

### 4.15 Weltreisen

Lofoten - Inseln des Lichts  
Film von Claudia Buckenmaier

### 4.45 nix wie raus ...

Unterwegs in Polen -  
Schienenkreuzfahrt durch Masuren

### 5.30 Weltbilder

Das Auslandsmagazin  
Moderation: Julia-Niharika Sen

### 6.00 Expeditionen ins Tierreich kompakt

Wisente und Wölfe

### 6.10 Willi wills wissen - Gute Frage, nächste Frage!

Bundesliga, Astronauten, Meerschweinchen  
Moderation: Willi Weitzel

### 6.15 Expeditionen ins Tierreich

Die Schorfheide - Adler und Wölfe in Brandenburg  
Film von Christoph Hauschild und Uwe Anders

**Dienstag, 21. September 2010 - Fortsetzung**

- 7.00 Eisbär, Affe & Co.**  
Zoogeschichten aus Stuttgart  
Folge 84
- 7.50 Elefant, Tiger & Co.**  
Grasgeflüster - Geschichten aus dem Leipziger Zoo  
Folge 174
- 8.40 OZON unterwegs**  
Energieschleife oder Heimat? Brandenburgs Landschaften
- 9.10 Wilhelma-Geschichten**  
Tiger (2) und Känguru USA
- 9.15 Schätze der Welt - Erbe der Menschheit**  
St. Anthony Island - Die Heimat der Haida  
Kanada
- 9.30 Alles Wissen**  
Moderation: Thomas Ranft
- 10.15 W wie Wissen**  
Wasser ist Leben  
Moderation: Dennis Wilms
- 10.45 Odysso - Wissen entdecken**  
Die Wettermacher
- 11.15 Faszination Wissen**  
Baustelle Bildung: Die ideale Schule  
Moderation: Iska Schreglmann
- 11.45 Kopfball**  
Wissensreporter im Einsatz
- 12.15 Meilensteine der Naturwissenschaft und Technik**  
Isaac Newton und die Gravitation  
Film von Werner Kiefer
- 12.30 Katastrophen der Vorzeit (2/3)**  
Der Maya-Kollaps  
Film von Cynthia Page
- 13.15 Koch-Kunst mit Vincent Klink**  
Köstlichkeiten vom Kalb
- 13.45 Tim Mälzer kocht!**  
Hackbraten mit Schwarzwurzeln à la Crème,  
Mangokompott
- 14.15 POLETTOs Kochschule**  
Grundkurs Huhn  
Italienische Küche mit Sterneköchin Poletto
- 14.45 Servicezeit: Essen & Trinken**  
Ernährungsmagazin  
u. a. Mozzarella im Test
- 15.15 LEAS KochLUST**  
Amuse Bouche:  
Wachteleier mit Zwiebelconfit
- 15.45 Wünsch dir Sass!**  
Lamm mit Spargelsalat
- 16.15 ARD-Buffer**  
Leben & genießen
- 17.00 Tagesschau**
- 17.15 nano**  
Die Welt von morgen

**Dienstag, 21. September 2010 - Fortsetzung**

- 17.45 Planet Wissen**  
Erdöl - Schwarzes Gold oder schwarze Pest?
- 18.45 Iss was?!**  
Schweinefilet & Panna Cotta  
Mit Sternekoch Christian Henze & Stephanie Müller-Spirra
- 19.00 Schlemmerreise Altbayern und Schwaben**  
Von Maria Eck zum Chiemsee  
Film von Werner Teufl und Michael Harles
- 19.30 (a.d.R. Hier und Heute)**  
**Jäger der ewigen Jugend**  
Film von Katharina Gugel und Ulf Eberle
- 20.00 Tagesschau**
- 20.15 Das Leben!**  
Schwierige Freiheit:  
Wenn Lebenslängliche entlassen werden
- 21.00 betrifft**  
Männer in den Wechseljahren  
Film von Harold Woetzel
- 21.45 Direkt dabei**  
Videoreporter berichten
- 22.15 in.puncto**  
Trends und Service in EinsPlus  
mit Nicole Köster
- 22.45 Im Namen des Kindes-Letzte Hoffnung im Scheidungskrieg (1/3)**  
Zwischen den Fronten  
Film von Katharina Wolff
- 23.15 Aus der Reihe 'die story'**  
**Abhängen am Hochofen - Jungsein im Ruhrgebiet**  
Film von Katharina Wolff und Peter Schran

**Mittwoch, 22. September 2010**

- 0.00 betrifft**  
Männer in den Wechseljahren  
Film von Harold Woetzel
- 0.45 Direkt dabei**  
Videoreporter berichten
- 1.15 in.puncto**  
Trends und Service in EinsPlus  
mit Nicole Köster
- 1.45 Im Namen des Kindes-Letzte Hoffnung im Scheidungskrieg (1/3)**  
Zwischen den Fronten  
Film von Katharina Wolff
- 2.15 Aus der Reihe 'die story'**  
**Abhängen am Hochofen - Jungsein im Ruhrgebiet**  
Film von Katharina Wolff und Peter Schran
- 3.00 Expeditionen ins Tierreich**  
Die Schorfheide - Adler und Wölfe in Brandenburg  
Film von Christoph Hauschild und Uwe Anders

**Mittwoch, 22. September 2010 - Fortsetzung**

- 3.45 Eisbär, Affe & Co.**  
Zoogeschichten aus Stuttgart  
Folge 84
- 4.35 Elefant, Tiger & Co.**  
Grasgeflüster - Geschichten aus dem Leipziger Zoo  
Folge 174
- 5.25 OZON unterwegs**  
Energiessteppe oder Heimat? Brandenburgs Landschaften
- 5.55 Wilhelma-Geschichten**  
Tiger (2) und Känguru USA
- 6.00 Schätze der Welt - Erbe der Menschheit**  
St. Anthony Island - Die Heimat der Haida  
Kanada
- 6.15 Alles Wissen**  
Moderation: Thomas Ranft
- 7.00 W wie Wissen**  
Wasser ist Leben  
Moderation: Dennis Wilms
- 7.30 Odysso - Wissen entdecken**  
Die Wettermacher
- 8.00 Faszination Wissen**  
Baustelle Bildung: Die ideale Schule  
Moderation: Iska Schreglmann
- 8.30 Kopfball**  
Wissensreporter im Einsatz
- 9.00 Meilensteine der Naturwissenschaft und Technik**  
Isaac Newton und die Gravitation  
Film von Werner Kiefer
- 9.15 Iss was?!**  
Gulasch & Muffins  
Mit Sternekoch Christian Henze & Stephanie Müller-Spirra
- 9.30 Koch-Kunst mit Vincent Klink**  
Köstlichkeiten vom Kalb
- 10.00 Tim Mälzer kocht!**  
Hackbraten mit Schwarzwurzeln à la Crème,  
Mangokompott
- 10.30 POLETTOs Kochschule**  
Grundkurs Huhn  
Italienische Küche mit Sterneköchin Poletto
- 11.00 Servicezeit: Essen & Trinken**  
Ernährungsmagazin  
u. a. Mozzarella im Test
- 11.30 LEAS KochLUST**  
Amuse Bouche:  
Wachteleier mit Zwiebelconfit
- 12.00 Wünsch dir Sass!**  
Lamm mit Spargelsalat
- 12.30 Iss was?!**  
Schweinefilet & Panna Cotta  
Mit Sternekoch Christian Henze & Stephanie Müller-Spirra

## Mittwoch, 22. September 2010 - Fortsetzung

- 12.45 Schlemmerreise Altbayern und Schwaben**  
 Von Maria Eck zum Chiemsee  
 Film von Werner Teufl und Michael Harles
- 13.15 betrifft**  
 Männer in den Wechseljahren  
 Film von Harold Woetzel
- 14.00 Direkt dabei**  
 Videoreporter berichten
- 14.30 in.puncto**  
 Trends und Service in EinsPlus  
 mit Nicole Köster
- 15.00 Im Namen des Kindes-Letzte Hoffnung im Scheidungskrieg (1/3)**  
 Zwischen den Fronten  
 Film von Katharina Wolff
- 15.30 Aus der Reihe 'die story'**  
**Abhängen am Hochofen - Jungsein im Ruhrgebiet**  
 Film von Katharina Wolff und Peter Schran
- 16.15 ARD-Buffer**  
 Leben & genießen
- 17.00 Tagesschau**
- 17.15 nano**  
 Die Welt von morgen
- 17.45 Planet Wissen**  
 Zu klein, zu groß!? - Menschen weit ab der Norm
- 18.45 Das Leben!**  
 Schwierige Freiheit:  
 Wenn Lebenslängliche entlassen werden
- 19.30 ARD-Ratgeber: Heim + Garten**  
 u. a. Familiengarten mit Exotenflair  
 Moderation: Markus Phlippen
- 20.00 Tagesschau**
- 20.15 Visite**  
 Das Gesundheitsmagazin  
 Moderation: Vera Cordes
- 21.00 Hauptsache Gesund**  
 Gesundmacher Honig
- 21.45 Gesundheit!**  
 u. a. Blasenentzündung - was hilft?  
 Clusterkopfschmerzen - kaum zu ertragen
- 22.30 QUIVIVE**  
 Das Gesundheitsmagazin
- 23.15 Servicezeit: Gesundheit**
- 23.45 TELE-GYM**  
 Aktiv und gesund durch Hatha-Yoga  
 Folge 5

## Donnerstag, 23. September 2010

- 0.00 Hauptsache Gesund**  
 Gesundmacher Honig

**Donnerstag, 23. September 2010 - Fortsetzung**

- 0.45 Gesundheit!**
  - u. a. Blasenentzündung - was hilft?
  - Clusterkopfschmerzen - kaum zu ertragen
- 1.30 QUIVIVE**
  - Das Gesundheitsmagazin
- 2.15 Servicezeit: Gesundheit**
- 2.45 TELE-GYM**
  - Aktiv und gesund durch Hatha-Yoga
  - Folge 5
- 3.00 Alles Wissen**
  - Moderation: Thomas Ranft
- 3.45 W wie Wissen**
  - Wasser ist Leben
  - Moderation: Dennis Wilms
- 4.15 Odysso - Wissen entdecken**
  - Die Wettermacher
- 4.45 Faszination Wissen**
  - Baustelle Bildung: Die ideale Schule
  - Moderation: Iska Schreglmann
- 5.15 Kopfball**
  - Wissensreporter im Einsatz
- 5.45 Meilensteine der Naturwissenschaft und Technik**
  - Isaac Newton und die Gravitation
  - Film von Werner Kiefer
- 6.00 Iss was?!**
  - Gulasch & Muffins
  - Mit Sternekoch Christian Henze & Stephanie Müller-Spirra
- 6.15 Koch-Kunst mit Vincent Klink**
  - Köstlichkeiten vom Kalb
- 6.45 Tim Mälzer kocht!**
  - Hackbraten mit Schwarzwurzeln à la Crème,
  - Mangokompott
- 7.15 POLETTOs Kochschule**
  - Grundkurs Huhn
  - Italienische Küche mit Sterneköchin Poletto
- 7.45 Servicezeit: Essen & Trinken**
  - Ernährungsmagazin
  - u. a. Mozzarella im Test
- 8.15 LEAS KochLUST**
  - Amuse Bouche:
  - Wachteleier mit Zwiebelconfit
- 8.45 Wünsch dir Sass!**
  - Lamm mit Spargelsalat
- 9.15 Streifzüge**
  - Neubrandenburg - Die Stadt der vier Tore
- 9.30 betrifft**
  - Männer in den Wechseljahren
  - Film von Harold Woetzel
- 10.15 Direkt dabei**
  - Videoreporter berichten

**Donnerstag, 23. September 2010 - Fortsetzung**

- 10.45 in.puncto**  
Trends und Service in EinsPlus  
mit Nicole Köster
- 11.15 Im Namen des Kindes-Letzte Hoffnung im Scheidungskrieg (1/3)**  
Zwischen den Fronten  
Film von Katharina Wolff
- 11.45** Aus der Reihe 'die story'  
**Abhängen am Hochofen - Jungsein im Ruhrgebiet**  
Film von Katharina Wolff und Peter Schran
- 12.30 Das Leben!**  
Schwierige Freiheit:  
Wenn Lebenslängliche entlassen werden
- 13.15 Hauptsache Gesund**  
Gesundmacher Honig
- 14.00 Gesundheit!**  
u. a. Blasenentzündung - was hilft?  
Clusterkopfschmerzen - kaum zu ertragen
- 14.45 QUIVIVE**  
Das Gesundheitsmagazin
- 15.30 Servicezeit: Gesundheit**
- 16.00 TELE-GYM**  
Aktiv und gesund durch Hatha-Yoga  
Folge 5
- 16.15 ARD-Buffer**  
Leben & genießen
- 17.00 Tagesschau**
- 17.15 nano**  
Die Welt von morgen
- 17.45 Planet Wissen**  
Großer Bruder Amerika - Die Geschichte der  
deutsch-amerikanischen Beziehungen
- 18.45 Visite**  
Das Gesundheitsmagazin  
Moderation: Vera Cordes
- 19.30 Im Grünen**  
Das Natur- und Umweltmagazin für Rheinland-Pfalz
- 20.00 Tagesschau**
- 20.15 Der Trödel-King**  
Roland und das Plattbodenschiff  
Schatzsuche in NRW
- 21.00 EINFACH GENIAL**  
Erfindermagazin mit Ulrike Nitzschke
- 21.30 Servicezeit: Mobil**
- 22.00 ARD-Ratgeber: Bauen + Wohnen**  
Moderation: Christoph Tiegel
- 22.30 Eisenbahn-Romantik**  
Alpenglühlen im Wunderland
- 23.00 Eisenbahn-Romantik**  
Meeresrauschen und Dampfgeflüster in der Picardie
- 23.30 c't magazin**  
Computer & Technik  
Moderation: Mathias Münch

**Freitag, 24. September 2010**

- 0.00 EINFACH GENIAL**  
Erfindermagazin mit Ulrike Nitzschke
- 0.30 Servicezeit: Mobil**
- 1.00 ARD-Ratgeber: Bauen + Wohnen**  
Moderation: Christoph Tiegel
- 1.30 Eisenbahn-Romantik**  
Alpenglügen im Wunderland
- 2.00 Eisenbahn-Romantik**  
Meeresrauschen und Dampfgeflüster in der Picardie
- 2.30 c't magazin**  
Computer & Technik  
Moderation: Mathias Münch
- 3.00 Koch-Kunst mit Vincent Klink**  
Köstlichkeiten vom Kalb
- 3.30 Tim Mälzer kocht!**  
Hackbraten mit Schwarzwurzeln à la Crème,  
Mangokompott
- 4.00 POLETTOS Kochschule**  
Grundkurs Huhn  
Italienische Küche mit Sterneköchin Poletto
- 4.30 Servicezeit: Essen & Trinken**  
Ernährungsmagazin  
u. a. Mozzarella im Test
- 5.00 LEAS KochLUST**  
Amuse Bouche:  
Wachteleier mit Zwiebelconfit
- 5.30 Wünsch dir Sass!**  
Lamm mit Spargelsalat
- 6.00 Streifzüge**  
Neubrandenburg - Die Stadt der vier Tore
- 6.15 betrifft**  
Männer in den Wechseljahren  
Film von Harold Woetzel
- 7.00 Direkt dabei**  
Videoreporter berichten
- 7.30 in.puncto**  
Trends und Service in EinsPlus  
mit Nicole Köster
- 8.00 Im Namen des Kindes-Letzte Hoffnung im Scheidungskrieg (1/3)**  
Zwischen den Fronten  
Film von Katharina Wolff
- 8.30 Aus der Reihe 'die story'**  
**Abhängen am Hochofen - Jungsein im Ruhrgebiet**  
Film von Katharina Wolff und Peter Schran
- 9.15 TELE-GYM**  
Nordic Walking  
Po fit (Folge 6)
- 9.30 Hauptsache Gesund**  
Gesundmacher Honig

**Freitag, 24. September 2010 - Fortsetzung**

- 10.15 Gesundheit!**  
u. a. Blasenentzündung - was hilft?  
Clusterkopfschmerzen - kaum zu ertragen
- 11.00 QUIVIVE**  
Das Gesundheitsmagazin
- 11.45 Servicezeit: Gesundheit**
- 12.15 TELE-GYM**  
Aktiv und gesund durch Hatha-Yoga  
Folge 5
- 12.30 Visite**  
Das Gesundheitsmagazin  
Moderation: Vera Cordes
- 13.15 EINFACH GENIAL**  
Erfindermagazin mit Ulrike Nitzschke
- 13.45 Servicezeit: Mobil**
- 14.15 ARD-Ratgeber: Bauen + Wohnen**  
Moderation: Christoph Tiegel
- 14.45 Eisenbahn-Romantik**  
Alpenglügen im Wunderland
- 15.15 Eisenbahn-Romantik**  
Meeresrauschen und Dampfgeflüster in der Picardie
- 15.45 c't magazin**  
Computer & Technik  
Moderation: Mathias Münch
- 16.15 ARD-Buffer**  
Leben & genießen
- 17.00 Tagesschau**
- 17.15 nano**  
Die Welt von morgen
- 17.45 Planet Wissen**  
Korallenparadies Rotes Meer -  
Wo tief im Meer die Erdkruste bricht
- 18.45 Der Trödel-King**  
Roland und das Plattbodenschiff  
Schatzsuche in NRW
- 19.30 Rucksack**  
Island - Auf dem Laugavegur (2)  
Hrafninnusker - Alftavatn - Emstrur
- 20.00 Tagesschau**
- 20.15 Länder - Menschen - Abenteuer**  
Kampf um Amazonien (3/3) - Die Internet-Indianer
- 21.00 Bilder einer Landschaft**  
Geschichten um die Burg  
Film von Kurt W. Oehlschläger
- 21.45 Gernstl unterwegs**  
Bundesstraße 2 - München-Fürstenfeldbruck-Heinrichshofen
- 22.15 Weltreisen**  
Plaza Latina - Ecuador - In der Mitte der Welt
- 22.45 nix wie raus ...**  
Savoyen
- 23.30 Weltbilder**  
Das Auslandsmagazin

