

**Sendewoche 01.12. bis 07.12. (49. KW)**

Stand: 14.03.26, 00:50 Uhr

| Zeit  | Monday, 01. 12.                                  | Tuesday, 02. 12.                                 | Wednesday, 03. 12.                               | Thursday, 04. 12.                                | Friday, 05. 12.                                  | Saturday, 06. 12.                       | Sunday, 07. 12.                  |
|-------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------|
| 6:00  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | Radio Ostfriesland<br>Musikmix          | Radio Ostfriesland<br>Musikmix   |
| 7:00  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | Radio Ostfriesland<br>Musikmix          | Radio Ostfriesland<br>Musikmix   |
| 8:00  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | Radio Ostfriesland<br>Musikmix          | Radio Ostfriesland<br>Musikmix   |
| 9:00  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | Radio Ostfriesland<br>Musikmix          | Radio Ostfriesland<br>Musikmix   |
| 10:00 | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | Radio Ostfriesland<br>Musikmix          | Gottesdienst                     |
| 11:00 | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | <b>Der lange Morgen<br/>mit Käpt'n Frieling</b>  | Radio Ostfriesland<br>Musikmix          | Meine Gesundheit                 |
| 12:00 | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Mittag up Platt</b> | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Mittag up Platt</b> | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Mittag up Platt</b> | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Mittag up Platt</b> | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Mittag up Platt</b> | <b>Radio Ostfriesland<br/>Musikmix</b>  | LAK Magazin                      |
| 13:00 | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>Musik Mix</b> | Radio Ostfriesland<br>Musikmix   |
| 14:00 | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Heroes of Rock<br/>and Pop</b>       | Radio DARC-Das<br>Technikmagazin |
| 15:00 | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Pop History</b>                      | Sportzeit                        |
| 16:00 | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Radio Ostfriesland<br/>am Nachmittag</b>      | <b>Pop History</b>                      | Sportzeit                        |

|       |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                   |                                |
|-------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|
| 17:00 | Radio Ostfriesland<br>am Nachmittag | Radio Ostfriesland<br>am Nachmittag | Radio Ostfriesland<br>am Nachmittag | Radio Ostfriesland<br>am Nachmittag | Radio Ostfriesland<br>am Nachmittag | Pop History                       | Sportzeit                      |
| 18:00 | Country Cocktail                    | Radio Ostfriesland<br>Musik Mix     | Back Traxx                          | Flutlicht - Das<br>Kickersmagazin   | Das waren die 80er !                | Chart Café                        | Schlagermix am<br>Sonntag      |
| 19:00 | Music 4 U                           | Radio Ostfriesland<br>Musik Mix     | All Wat Gaud Is                     | Mittendrin - Talk und<br>Musik      | Querbeet                            | Radio Ostfriesland<br>Musikmix    | Beautiful Sunday               |
| 20:00 | Alternative und<br>Independent      | Radio Ostfriesland<br>Musik-Mix     | All Wat Gaud Is                     | Radio freies<br>Entenhausen         | Phonhaus Xtra                       | Radio Ostfriesland<br>Party-Nacht | Alternative Sounds<br>on Air   |
| 21:00 | Radio Ostfriesland<br>Musikmix      | Radio Ostfriesland<br>Musik Mix     | Heimathafen                         | Radio freies<br>Entenhausen         | Radio Ostfriesland<br>Musikmix      | Radio Ostfriesland<br>Party-Nacht | Alternative Sounds<br>on Air   |
| 22:00 | Radio Ostfriesland<br>Musikmix      | Radio Ostfriesland<br>Musikmix      | Radio Ostfriesland<br>Musikmix      | Radio Ostfriesland<br>Musikmix      | Radio Ostfriesland<br>Musikmix      | Radio Ostfriesland<br>Party-Nacht | Radio Ostfriesland<br>Musikmix |