

格林威治	美东	2月27日	2月28日	3月1日	时间	美西
GMT	BST	星期五	星期六	星期日	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 和好与盼望 9	健康新知 1040 癌症实时缓和医疗	安息日学-16年第2季 马太福音 8 彼得与盘石	00:00	09:00
16:30	11:30		真道时刻 240 障碍重重		00:30	09:30
17:00	12:00	耶稣说 19		要健康就运动 881-882	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 38 当世界破碎时	每日生活良助 1 感化力	蔬食go健康 653 印度鹰嘴豆炖咖喱	01:30	10:30
18:00	13:00	创世记一百讲 22 打开方舟门的上帝	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 和好与盼望 9	心灵Brunch 146 职场的冲突	02:00	11:00
18:30	13:30			与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 16 荆棘树上的火焰	02:30	11:30
19:00	14:00	简单品味8	拾级就主 11 祈祷的特权	个人布道法 24 查经材料的来源	03:00	12:00
19:30	14:30	人类基本法 10 不可作假见证陷害人	动物有约7 对的鲸鱼-露脊鲸的故事		03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 713 职场空污与改善	安格 启示录 31	牧范学 28 领袖素质	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 36 淘金热			04:30	13:30
21:00	16:00	进入祂的圣所 2	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 和好与盼望 9	要健康就运动 883-884	05:00	14:00
21:30	16:30	人类基本法 8 不可奸淫		膝盖的力量 51	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 和好与盼望 9	语取语录 31 圣所	安息日学-16年第2季 马太福音 9 心灵偶像(并耶稣的其他教训)	06:00	15:00
22:30	17:30		拾级就主 11 祈祷的特权		06:30	15:30
23:00	18:00	耶稣说 17	动物有约7 对的鲸鱼-露脊鲸的故事	蔬食go健康 654 马来西亚肉骨茶	07:00	16:00
23:30	18:30	善恶之争 6	健康新知 1040 癌症实时缓和医疗	心灵Brunch 147 产业的继承	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 37 大荒漠的画家	圣工消息 2013第二季第1集(中) 2013第二季第1集(粵)	个人布道法 25 与人查经的步骤	08:00	17:00
00:30	19:30	创世记一百讲 20 我们需要第二个挪亚 2	语取语录 31 圣所		08:30	17:30
01:00	20:00	耶稣说 18	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 和好与盼望 9	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 17 超越常识的信仰	09:00	18:00
01:30	20:30	进入祂的圣所 1	真道时刻 240 障碍重重	牧范学 29 强化领导	09:30	18:30
02:00	21:00	善恶之争 4	每日生活良助 1 感化力	心灵Brunch 146 职场	10:00	19:00
02:30	21:30	健康新知 711 咳血	每日生活良助 1 感化力	要健康就运动 885-886	10:30	19:30
03:00	22:00	简单品味6	圣工消息 2013第二季第1集(中) 2013第二季第1集(粵)	蔬食go健康 655 月亮虾饼	11:00	20:00
03:30	22:30	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 和好与盼望 9	语取语录 31 圣所	安息日学-16年第2季 马太福音 10 耶稣在耶路撒冷	11:30	20:30
04:00	23:00	好得无比的旅程 38 当世界破碎时	健康新知 1040 癌症实时缓和医疗	膝盖的力量 52	12:00	21:00
04:30	23:30	耶稣说 19	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 和好与盼望 9	个人布道法 26 抓住传道的机会	12:30	21:30
05:00	00:00	人类基本法 9 不可偷盗	语取语录 31 圣所		13:00	22:00
05:30	00:30	真道时刻 766 耶稣的童年和青年	安格 启示录 31	要健康就运动 881-882	13:30	22:30
06:00	01:00	创世记一百讲 21 关上方舟门的上帝	拾级就主 11 祈祷的特权	心灵Brunch 146 职场的冲突	14:30	23:30
06:30	01:30	健康新知 712 肋膜炎	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 和好与盼望 9	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 16 荆棘树上的火焰	15:00	00:00
07:00	02:00	善恶之争 5	圣工消息 2013第二季第1集(中) 2013第二季第1集(粵)	要健康就运动 883-884	15:30	00:30
07:30	02:30	好得无比的旅程 36 淘金热	健康新知 1040 癌症实时缓和医疗	蔬食go健康 653 印度鹰嘴豆炖咖喱	16:00	01:00
08:00	03:00	简单品味7	语取语录 31 圣所	安息日学-16年第2季 马太福音 8 彼得与盘石	16:30	01:30
08:30	03:30	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 和好与盼望 9	拾级就主 11 祈祷的特权	心灵Brunch 147 职场的冲突	18:00	03:00
09:00	04:00	健康新知 713 职场空污与改善	安格 启示录 31	膝盖的力量 53	18:30	03:30
09:30	04:30	创世记一百讲 22 打开方舟门的上帝	动物有约7 对的鲸鱼-露脊鲸的故事	要健康就运动 885-886	19:00	04:00
10:00	05:00	简单品味8	真道时刻 240 障碍重重	牧范学 28 领袖素质	19:30	04:30
10:30	05:30	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 和好与盼望 9	每日生活良助 1 感化力	要健康就运动 885-886	20:00	05:00
11:00	06:00	人类基本法 10	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 和好与盼望 9	蔬食go健康 654	20:30	05:30
11:30	06:30	耶稣说 17	圣工消息 2013第二季第1集(中) 2013第二季第1集(粵)	个人布道法 24 查经材料的来源	21:00	06:00
12:00	07:00	进入祂的圣所 2	健康新知 1040 癌症实时缓和医疗	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 17 超越常识的信仰	21:30	06:30
12:30	07:30	好得无比的旅程 37 大荒漠的画家		心灵Brunch 148 谦卑	22:00	07:00
13:00	08:00	简单品味8			22:30	07:30
13:30	08:30	人类基本法 10			23:00	08:00
14:00	09:00	耶稣说 17			23:30	08:30
14:30	09:30	进入祂的圣所 2				

格林威治	美东	3月2日	3月3日	3月4日	时间	美西
GMT	BST	星期一	星期二	星期三	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日学-16年第2季 马太福音 9 心灵偶像(并耶稣的其他教训)	安息日学-16年第2季 马太福音 10 耶稣在耶路撒冷	真道时刻 768 共观福音书中的施洗约翰	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 883-884	要健康就运动 885-886	耶稣说 20	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 654 马来西亚肉骨茶	蔬食go健康 655 月亮虾饼	好得无比的旅程 39 南极的竞赛	01:30	10:30
18:00	13:00	心灵Brunch 147 产业的继承	心灵Brunch 148 谦卑	创世记一百讲 23 挪亚离开方舟后的第一件事	02:00	11:00
18:30	13:30	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 17 超越常识的信仰	丰富人生 121 奇迹人生		02:30	11:30
19:00	14:00	个人布道法 25 与人查经的步骤	个人布道法 26 抓住传道的机会	天国之旅-马太福音 1 耶稣的家谱	03:00	12:00
19:30	14:30				03:30	12:30
20:00	15:00	牧范学 29 强化领导	牧范学 30 目标管理	健康新知 714 空污健康的隐形杀手 好得无比的旅程 40 缤纷悉尼	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 885-886	要健康就运动 881-882	进入祂的圣所 3	05:00	14:00
21:30	16:30	膝盖的力量 52	膝盖的力量 53	健康B+医 2 如何摆脱亚健康	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-16年第2季 马太福音 10 耶稣在耶路撒冷	安息日学-16年第2季 马太福音 8 彼得与盘石	真道时刻 769 耶稣的受洗	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 655 月亮虾饼	蔬食go健康 653 印度鹰嘴豆炖咖喱	耶稣说 21	07:00	16:00
23:30	18:30	心灵Brunch 148 谦卑	心灵Brunch 146 职场的冲突	士师风云 1	07:30	16:30
00:00	19:00	个人布道法 26 抓住传道的机会	个人布道法 24 查经材料的来源	好得无比的旅程 41 灯塔	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 16 荆棘树上的火焰	丰富人生 121 奇迹人生	创世记一百讲 24 彩虹之约	09:00	18:00
01:30	20:30	牧范学 30 目标管理	牧范学 28 领袖素质	耶稣说 22	09:30	18:30
02:00	21:00				10:00	19:00
02:30	21:30	心灵brunch 146 产业的继承	心灵brunch 147 产业的继承	士师风云 2	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 881-882	要健康就运动 883-884	健康新知 715 职业卫生与健康	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 653 印度鹰嘴豆炖咖喱	蔬食go健康 654 马来西亚肉骨茶	天国之旅-马太福音 2 犹太人的王	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-16年第2季 马太福音 8 彼得与盘石	安息日学-16年第2季 马太福音 9 心灵偶像(并耶稣的其他教训)	真道时刻 768 共观福音书中的施洗约翰	12:00	21:00
04:30	23:30	膝盖的力量 53	膝盖的力量 51	进入祂的圣所 5	12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30	个人布道法 24 查经材料的来源	个人布道法 25 与人查经的步骤	好得无比的旅程 39 南极的竞赛	13:30	22:30
06:00	01:00				14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 883-884	要健康就运动 885-886	健康B+医 3 如何防止晕厥	14:30	23:30
07:00	02:00	心灵Brunch 147 产业的继承	心灵Brunch 148 谦卑	真道时刻 769 耶稣的受洗	15:00	00:00
07:30	02:30	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 17 超越常识的信仰	丰富人生 121 奇迹人生		15:30	00:30
08:00	03:00	牧范学 28 领袖素质	牧范学 29 强化领导	创世记一百讲 25 挪亚洪水未能淹没的罪	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 885-886	要健康就运动 881-882	健康新知 716 高度近视并发症	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 654 马来西亚肉骨茶	蔬食go健康 655 月亮虾饼	士师风云 3	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-16年第2季 马太福音 9 心灵偶像(并耶稣的其他教训)	安息日学-16年第2季 马太福音 10 耶稣在耶路撒冷	好得无比的旅程 40 缤纷悉尼	18:00	03:00
10:30	05:30	心灵brunch 146 产业的继承	心灵brunch 146 产业的继承	天国之旅-马太福音 3 真道时刻 768	18:30	03:30
11:00	06:00				19:00	04:00
11:30	06:30	膝盖的力量 51	膝盖的力量 52	共观福音书中的施洗约翰	19:30	04:30
12:00	07:00	牧范学 29 强化领导	牧范学 30 目标管理	进入祂的圣所 3	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 881-882	要健康就运动 883-884	创世记一百讲 23	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 655	蔬食go健康 653	挪亚离开方舟后的第一件事	21:30	06:30
14:00	09:00	个人布道法 25 与人查经的步骤	个人布道法 26 抓住传道的机会	天国之旅-马太福音 1 耶稣的家谱	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 16 荆棘树上的火焰	丰富人生 121 奇迹人生	健康B+医 1	23:00	08:00
15:30	10:30	心灵Brunch 146 职场的冲突	心灵Brunch 147 产业的继承	耶稣说 21	23:30	08:30
				进入祂的圣所 4		

格林威治	美东	3月5日	3月6日	3月7日	时间	美西
GMT	BST	星期四	星期五	星期六	Beijing	PST
16:00	11:00	真道时刻 769 耶稣的受洗	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在基督里完全 10	健康新知 1041 艺术治疗顾健康防失智	00:00	09:00
16:30	11:30			真道时刻 241 祂关注你	00:30	09:30
17:00	12:00	耶稣说 21	耶稣说 22		01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 40 缤纷悉尼	好得无比的旅程 41 灯塔	每日生活良助 2 试炼的训练之功	01:30	10:30
18:00	13:00	创世记一百讲 24 彩虹之约	创世记一百讲 25 挪亚洪水未能淹没的罪	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在基督里完全 10	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	天国之旅-马太福音 2 犹太人的王	天国之旅-马太福音 3 天国近了	拾级就主 12 怎样对付疑惑	03:00	12:00
19:30	14:30	健康B+医 2 如何摆脱亚健康	健康B+医 3 如何防止晕厥	动物有约8 野生大猫的重生	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 715 职业卫生与健康	健康新知 716 高度近视并发症	安格 启示录 32	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 41 灯塔	好得无比的旅程 39 南极的竞赛		04:30	13:30
21:00	16:00	进入祂的圣所 4	进入祂的圣所 5	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在基督里完全 10	05:00	14:00
21:30	16:30	健康B+医 3 如何防止晕厥	健康B+医 1 唐童与儿童的心理健康		05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 768 共观福音书中的施洗约翰	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在基督里完全 10	语取语求 32 再谈圣所	06:00	15:00
22:30	17:30			拾级就主 12 怎样对付疑惑	06:30	15:30
23:00	18:00	耶稣说 22	耶稣说 20	动物有约8 野生大猫的重生	07:00	16:00
23:30	18:30	士荆风云 2	士荆风云 3	健康新知 1041 艺术治疗顾健康防失智	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 39 南极的竞赛	好得无比的旅程 40 缤纷悉尼	圣工消息 2013第二季第2集(中) 2013第二季第2集(粵)	08:00	17:00
00:30	19:30	创世记一百讲 25 挪亚洪水未能淹没的罪	创世记一百讲 23 挪亚离开方舟后的第一件事	语取语求 32 再谈圣所	08:30	17:30
01:00	20:00			安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在基督里完全 10	09:00	18:00
01:30	20:30	耶稣说 20	耶稣说 21		09:30	18:30
02:00	21:00	进入祂的圣所 5	进入祂的圣所 3	真道时刻 241 祂关注你	10:00	19:00
02:30	21:30	士荆风云 3	士荆风云 1		10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 716 高度近视并发症	健康新知 714 空气污染的健康隐形杀手	每日生活良助 2 试炼的训练之功	11:00	20:00
03:30	22:30	天国之旅-马太福音 3 天国近了	天国之旅-马太福音 1 耶稣的家谱	2013第二季第2集(中) 2013第二季第2集(粵)	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 769 耶稣的受洗	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在基督里完全 10	语取语求 32 再谈圣所	12:00	21:00
04:30	23:30			健康新知 1041 艺术治疗顾健康防失智	12:30	21:30
05:00	00:00	进入祂的圣所 3	进入祂的圣所 4	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在基督里完全 10	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 40 缤纷悉尼	好得无比的旅程 41 灯塔		13:30	22:30
06:00	01:00	耶稣说 21	耶稣说 22	语取语求 32 再谈圣所	14:00	23:00
06:30	01:30	健康B+医 1 唐童与儿童的心理健康	健康B+医 2 如何摆脱亚健康	安格 启示录 32	14:30	23:30
07:00	02:00	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在基督里完全 10	真道时刻 768 共观福音书中的施洗约翰	拾级就主 12 怎样对付疑惑	15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	创世记一百讲 23 挪亚离开方舟后的第一件事	创世记一百讲 24 彩虹之约	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在基督里完全 10	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 714 空气污染的健康隐形杀手	健康新知 715 职业卫生与健康	圣工消息 2013第二季第2集(中) 2013第二季第2集(粵)	17:00	02:00
09:30	04:30	士荆风云 1	士荆风云 2	健康新知 1041 艺术治疗顾健康防失智	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 41 灯塔	好得无比的旅程 39 南极的竞赛	语取语求 32 再谈圣所	18:00	03:00
10:30	05:30	天国之旅-马太福音 1 耶稣的家谱	天国之旅-马太福音 2 犹太人的王	拾级就主 12 怎样对付疑惑	18:30	03:30
11:00	06:00	真道时刻 769 耶稣的受洗	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在基督里完全 10	安格 启示录 32	19:00	04:00
11:30	06:30				19:30	04:30
12:00	07:00	进入祂的圣所 4	进入祂的圣所 5	动物有约8 野生大猫的重生	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 715 职业卫生与健康	健康新知 716 高度近视并发症	真道时刻 241 祂关注你	20:30	05:30
13:00	08:00	创世记一百讲 24 彩虹之约	创世记一百讲 25 挪亚洪水未能淹没的罪	每日生活良助 2 试炼的训练之功	21:00	06:00
13:30	08:30				安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在基督里完全 10	22:00
14:00	09:00	天国之旅-马太福音 2 犹太人的王	天国之旅-马太福音 3 天国近了		22:30	07:30
14:30	09:30	健康B+医 2 如何摆脱亚健康	健康B+医 3 如何防止晕厥	圣工消息 2013第二季第2集(中) 2013第二季第2集(粵)	23:00	08:00
15:00	10:00	耶稣说 22	耶稣说 20	健康新知 1041 艺术治疗顾健康防失智	23:30	08:30

格林威治	美东	3月8日	3月9日	3月10日	时间	美西
GMT	EST	星期日	星期一	星期二	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日学-16年第2季 马太福音 11 末日大事	安息日学-16年第2季 马太福音 12 耶稣最后的日子	安息日学-16年第2季 马太福音 13 被钉与复活	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 887-888	要健康就运动 889-890	要健康就运动 891-892	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 656 华尔道夫色拉	蔬食go健康 657 墨西哥卷饼	蔬食go健康 658 日式荞麦凉面	01:30	10:30
18:00	13:00	心灵Brunch 149 亲子间互动的艺术	心灵Brunch 150 被保护的珍宝	心灵Brunch 151 两个特殊的能力	02:00	11:00
18:30	13:30	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 18 摩西的领导	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 19 亚伦的功与过	丰富人生 123 奇异之旅	02:30	11:30
19:00	14:00	个人布道法 27 助人归主的恳求	个人布道法 28 助人决心归主-1	个人布道法 29 助人决心归主-2	03:00	12:00
19:30	14:30				03:30	12:30
20:00	15:00	牧范学 31 问题处理	牧范学 32 维护真道	牧范学 33 教会模式	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 889-890	要健康就运动 891-892	要健康就运动 887-888	05:00	14:00
21:30	16:30	膝盖的力量 54	膝盖的力量 55	膝盖的力量 56	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-16年第2季 马太福音 12 耶稣最后的日子	安息日学-16年第2季 马太福音 13 被钉与复活	安息日学-16年第2季 马太福音 11 末日大事	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 657 墨西哥卷饼	蔬食go健康 658 日式荞麦凉面	蔬食go健康 656 华尔道夫色拉	07:00	16:00
23:30	18:30	心灵Brunch 150 被保护的珍宝	心灵Brunch 151 两个特殊的能力	心灵Brunch 149 亲子间互动的艺术	07:30	16:30
00:00	19:00	个人布道法 28 助人决心归主-1	个人布道法 29 助人决心归主-2	个人布道法 27 助人归主的恳求	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 19 亚伦的功与过	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 19	丰富人生 123 奇异之旅	09:00	18:00
01:30	20:30	牧范学 32 维护真道	牧范学 33 教会模式	牧范学 31 问题处理	09:30	18:30
02:00	21:00				10:00	19:00
02:30	21:30	心灵Brunch 151 被保护的珍宝	心灵Brunch 149 亲子间互动的艺术	心灵Brunch 150 两个特殊的能力	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 891-892	要健康就运动 887-888	要健康就运动 889-890	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 658 日式荞麦凉面	蔬食go健康 656 华尔道夫色拉	蔬食go健康 657 墨西哥卷饼	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-16年第2季 马太福音 13 被钉与复活	安息日学-16年第2季 马太福音 11 末日大事	安息日学-16年第2季 马太福音 12 耶稣最后的日子	12:00	21:00
04:30	23:30	膝盖的力量 55	膝盖的力量 56	膝盖的力量 54	12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30	个人布道法 29 助人决心归主-2	个人布道法 27 助人归主的恳求	个人布道法 28 助人决心归主-1	13:30	22:30
06:00	01:00				14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 887-888	要健康就运动 889-890	要健康就运动 891-892	14:30	23:30
07:00	02:00	心灵Brunch 149 亲子间互动的艺术	心灵Brunch 150 被保护的珍宝	心灵Brunch 151 两个特殊的能力	15:00	00:00
07:30	02:30	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 18	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 19 亚伦的功与过	丰富人生 123 奇异之旅	15:30	00:30
08:00	03:00	牧范学 33 教会模式	牧范学 31 问题处理	牧范学 32 维护真道	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 889-890	要健康就运动 891-892	要健康就运动 887-888	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 656 华尔道夫色拉	蔬食go健康 657 墨西哥卷饼	蔬食go健康 658 日式荞麦凉面	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-16年第2季 马太福音 11 末日大事	安息日学-16年第2季 马太福音 12 耶稣最后的日子	安息日学-16年第2季 马太福音 13 被钉与复活	18:00	03:00
10:30	05:30	心灵Brunch 150 被保护的珍宝	心灵Brunch 151 两个特殊的能力	心灵Brunch 149 亲子间互动的艺术	18:30	03:30
11:00	06:00				19:00	04:00
11:30	06:30	膝盖的力量 56	膝盖的力量 54	膝盖的力量 55	19:30	04:30
12:00	07:00	牧范学 31 问题处理	牧范学 32 维护真道	牧范学 33 教会模式	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 891-892	要健康就运动 887-888	要健康就运动 889-890	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 657	蔬食go健康 658	蔬食go健康 656	21:30	06:30
14:00	09:00	个人布道法 27 助人归主的恳求	个人布道法 28 助人决心归主-1	个人布道法 29 助人决心归主-2	22:00	07:00
14:30	09:30	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 19 亚伦的功与过	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 18 摩西的领导	丰富人生 123 奇异之旅	22:30	07:30
15:00	10:00				23:00	08:00
15:30	10:30	心灵Brunch 151 两个特殊的能力	心灵Brunch 149 亲子间互动的艺术	心灵Brunch 150 被保护的珍宝	23:30	08:30

格林威治	美东	3月11日	3月12日	3月13日	时间	美西
GMT	EST	星期三	星期四	星期五	Beijing	PST
16:00	11:00	真道时刻 770 耶稣受试探	真道时刻 771 耶稣事工的开始	安息日学-26年第1季 連結天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与基督同活 11	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	耶稣说 23	耶稣说 24	耶稣说 25	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 42 科科达的英雄	好得无比的旅程 43 让金钱物有所值	好得无比的旅程 44 神秘的巴布亚新几内亚木乃伊	01:30	10:30
18:00	13:00	创世记一百讲 26 一个需要上帝的世界	创世记一百讲 27 合一的力量	创世记一百讲 28 让祝福流成河	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	天国之旅-马太福音 4 耶稣受试探	天国之旅-马太福音 5 天国的品格	天国之旅-马太福音 6 像天父完全	03:00	12:00
19:30	14:30	健康B+医 4 血压控制	健康B+医 5 肾脏健康	健康B+医 6 如何保护骨关节	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 717 小心眼中风	健康新知 718 远离酸痛	健康新知 719 健康自脊来	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 43 让金钱物有所值	好得无比的旅程 44 神秘的巴布亚新几内亚木乃伊	好得无比的旅程 42 科科达的英雄	04:30	13:30
21:00	16:00	进入祂的圣所 6	进入祂的圣所 7	进入祂的圣所 8	05:00	14:00
21:30	16:30	健康B+医 5 肾脏健康	健康B+医 6 如何保护骨关节	健康B+医 4 血压控制	05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 771 耶稣事工的开始	真道时刻 770 耶稣受试探	安息日学-26年第1季 連結天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与基督同活 11	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	耶稣说 24	耶稣说 25	耶稣说 23	07:00	16:00
23:30	18:30	士师风云 4	士师风云 5	士师风云 6	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 44 神秘的巴布亚新几内亚木乃伊	好得无比的旅程 42 科科达的英雄	好得无比的旅程 43 让金钱物有所值	08:00	17:00
00:30	19:30	创世记一百讲 27 合一的力量	创世记一百讲 28 让祝福流成河	创世记一百讲 26 一个需要上帝的世界	08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	耶稣说 25	耶稣说 23	耶稣说 24	09:30	18:30
02:00	21:00	进入祂的圣所 7	进入祂的圣所 8	进入祂的圣所 6	10:00	19:00
02:30	21:30	士师风云 5	士师风云 6	士师风云 4	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 718 远离酸痛	健康新知 719 健康自脊来	健康新知 717 小心眼中风	11:00	20:00
03:30	22:30	天国之旅-马太福音 5 天国的品格	天国之旅-马太福音 6 像天父完全	天国之旅-马太福音 4 耶稣受试探	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 770 耶稣受试探	真道时刻 771 耶稣事工的开始	安息日学-26年第1季 連結天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与基督同活 11	12:00	21:00
04:30	23:30	进入祂的圣所 8	进入祂的圣所 6	进入祂的圣所 7	12:30	21:30
05:00	00:00	好得无比的旅程 42 科科达的英雄	好得无比的旅程 43 让金钱物有所值	好得无比的旅程 44 神秘的巴布亚新几内亚木乃伊	13:00	22:00
05:30	00:30	耶稣说 23	耶稣说 24	耶稣说 25	13:30	22:30
06:00	01:00	健康B+医 6 如何保护骨关节	健康B+医 4 血压控制	健康B+医 5 肾脏健康	14:00	23:00
06:30	01:30	真道时刻 771 耶稣事工的开始	安息日学-26年第1季 連結天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与基督同活 11	真道时刻 770 耶稣受试探	14:30	23:30
07:00	02:00	创世记一百讲 28 让祝福流成河	创世记一百讲 26 一个需要上帝的世界	创世记一百讲 27 合一的力量	15:00	00:00
07:30	02:30	健康新知 719 健康自脊来	健康新知 717 小心眼中风	健康新知 718 远离酸痛	15:30	00:30
08:00	03:00	士师风云 6	士师风云 4	士师风云 5	16:00	01:00
08:30	03:30	好得无比的旅程 43 让金钱物有所值	好得无比的旅程 44 神秘的巴布亚新几内亚木乃伊	好得无比的旅程 42 科科达的英雄	16:30	01:30
09:00	04:00	天国之旅-马太福音 6	天国之旅-马太福音 4	天国之旅-马太福音 5	17:00	02:00
09:30	04:30	真道时刻 770 耶稣受试探	真道时刻 771 耶稣事工的开始	安息日学-26年第1季 連結天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与基督同活 11	17:30	02:30
10:00	05:00	健康新知 717 小心眼中风	健康新知 718 远离酸痛	健康新知 719 健康自脊来	18:00	03:00
10:30	05:30	进入祂的圣所 6	进入祂的圣所 7	进入祂的圣所 8	18:30	03:30
11:00	06:00	创世记一百讲 26 一个需要上帝的世界	创世记一百讲 27 合一的力量	创世记一百讲 28 让祝福流成河	19:00	04:00
11:30	06:30	天国之旅-马太福音 4 耶稣受试探	天国之旅-马太福音 5 天国的品格	天国之旅-马太福音 6 像天父完全	19:30	04:30
12:00	07:00	健康B+医 4 血压控制	健康B+医 5 肾脏健康	健康B+医 6 如何保护骨关节	20:00	05:00
12:30	07:30	真道时刻 771 耶稣事工的开始	真道时刻 770 耶稣受试探	安息日学-26年第1季 連結天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与基督同活 11	20:30	05:30
13:00	08:00	进入祂的圣所 8	进入祂的圣所 6	进入祂的圣所 7	21:00	06:00
13:30	08:30	好得无比的旅程 42 科科达的英雄	好得无比的旅程 43 让金钱物有所值	好得无比的旅程 44 神秘的巴布亚新几内亚木乃伊	21:30	06:30
14:00	09:00	天国之旅-马太福音 5 天国的品格	天国之旅-马太福音 6 像天父完全	天国之旅-马太福音 4 耶稣受试探	22:00	07:00
14:30	09:30	健康B+医 4 血压控制	健康B+医 5 肾脏健康	健康B+医 6 如何保护骨关节	22:30	07:30
15:00	10:00	耶稣说 24	耶稣说 25	耶稣说 23	23:00	08:00
15:30	10:30	进入祂的圣所 7	进入祂的圣所 8	进入祂的圣所 6	23:30	08:30

格林威治	美东	3月14日	3月15日	3月16日	时间	美西
GMT	BST	星期六	星期日	星期一	Beijing	PST
16:00	11:00	健康新知 1042 艺术治疗对失智及家属情绪支持	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 1 万物复兴	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 2 恢复统治权(主权)	00:00	09:00
16:30	11:30	真道时刻 242 祢叫什么	要健康就运动 893-894	要健康就运动 895-896	00:30	09:30
17:00	12:00				01:00	10:00
17:30	12:30	每日生活良助 3 上帝的计划是最好的	蔬食go健康 659 宜兰米粉羹	蔬食go健康 660 浦烧素鲷鱼	01:30	10:30
18:00	13:00	安息日学-26年第1季 连结天与地: 腓立比书和哥罗西书中的基督 与基督同活 11	心灵Brunch 152 自助 人助 天助	心灵Brunch 153 公事私事先谁先后	02:00	11:00
18:30	13:30		与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 20 我们立刻上去得那地吧	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 21	02:30	11:30
19:00	14:00	拾级就主 13 在主里喜乐	个人布道法 30 助人决心归主-3	个人布道法 31 助人决心归主-4	03:00	12:00
19:30	14:30	动物有约9 海洋与你			03:30	12:30
20:00	15:00	安格 启示录 33	牧范学 34 强化教会	牧范学 35 八步教灵-1	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	安息日学-26年第1季 连结天与地: 腓立比书和哥罗西书中的基督 与基督同活 11	要健康就运动 895-896	要健康就运动 897-898	05:00	14:00
21:30	16:30		膝盖的力量 57	膝盖的力量 58	05:30	14:30
22:00	17:00	语取语求 33 祭司在圣所	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 2 恢复统治权(主权)	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 3 (旧约)中的公平与怜悯:第一部分	06:00	15:00
22:30	17:30	拾级就主 13 在主里喜乐			06:30	15:30
23:00	18:00	动物有约9 海洋与你	蔬食go健康 660 浦烧素鲷鱼	蔬食go健康 661 鱼香烘蛋	07:00	16:00
23:30	18:30	健康新知 1042 艺术治疗对失智及家属情绪支持	心灵Brunch 153 公事私事先谁先后	心灵Brunch 154 去留之间	07:30	16:30
00:00	19:00	圣工消息 2013第二季第3集(中) 2013第二季第3集(粵)	个人布道法 31 助人决心归主-4	个人布道法 32 助人决心归主-5	08:00	17:00
00:30	19:30	语取语求 33 祭司在圣所			08:30	17:30
01:00	20:00	安息日学-26年第1季 连结天与地: 腓立比书和哥罗西书中的基督 与基督同活 11	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 21	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 20 我们立刻上去得那地吧	09:00	18:00
01:30	20:30		牧范学 35 八步教灵-1	牧范学 36 八步教灵-2	09:30	18:30
02:00	21:00	真道时刻 242 祢叫什么	心灵Brunch 154 自助 人助 天助	心灵Brunch 152 自助 人助 天助	10:00	19:00
02:30	21:30	每日生活良助 3 上帝的计划是最好的	要健康就运动 897-898	要健康就运动 893-894	10:30	19:30
03:00	22:00	圣工消息 2013第二季第3集(中) 2013第二季第3集(粵)	蔬食go健康 661 鱼香烘蛋	蔬食go健康 659 宜兰米粉羹	11:00	20:00
03:30	22:30	语取语求 33 祭司在圣所	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 3 (旧约)中的公平与怜悯:第一部分	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 1 万物复兴	11:30	20:30
04:00	23:00	健康新知 1042 艺术治疗对失智及家属情绪支持	膝盖的力量 58	膝盖的力量 59	12:00	21:00
04:30	23:30	安息日学-26年第1季 连结天与地: 腓立比书和哥罗西书中的基督 与基督同活 11	个人布道法 32 助人决心归主-5	个人布道法 30 助人决心归主-3	12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30				13:30	22:30
06:00	01:00	语取语求 33 祭司在圣所	要健康就运动 893-894	要健康就运动 895-896	14:00	23:00
06:30	01:30	安格 启示录 33			14:30	23:30
07:00	02:00		心灵Brunch 152 自助 人助 天助	心灵Brunch 153 公事私事先谁先后	15:00	00:00
07:30	02:30	拾级就主 13 在主里喜乐	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 20 我们立刻上去得那地吧	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 21	15:30	00:30
08:00	03:00	安息日学-26年第1季 连结天与地: 腓立比书和哥罗西书中的基督 与基督同活 11	牧范学 36 八步教灵-2	牧范学 34 强化教会	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	圣工消息 2013第二季第3集(中) 2013第二季第3集(粵)	要健康就运动 895-896	要健康就运动 897-898	17:00	02:00
09:30	04:30	健康新知 1042 艺术治疗对失智及家属情绪支持	蔬食go健康 659 宜兰米粉羹	蔬食go健康 660 浦烧素鲷鱼	17:30	02:30
10:00	05:00	语取语求 33 祭司在圣所	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 1 万物复兴	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 2 恢复统治权(主权)	18:00	03:00
10:30	05:30	拾级就主 13	心灵Brunch 153 自助 人助 天助	心灵Brunch 154 自助 人助 天助	18:30	03:30
11:00	06:00	安格 启示录 33	膝盖的力量 59	膝盖的力量 57	19:00	04:00
11:30	06:30	动物有约9 海洋与你	牧范学 34 强化教会	牧范学 35 八步教灵-1	19:30	04:30
12:00	07:00				20:00	05:00
12:30	07:30	真道时刻 242 祢叫什么	要健康就运动 897-898	要健康就运动 893-894	20:30	05:30
13:00	08:00	每日生活良助 3 上帝的计划是最好的	蔬食go健康 660	蔬食go健康 661	21:00	06:00
13:30	08:30	安息日学-26年第1季 连结天与地: 腓立比书和哥罗西书中的基督 与基督同活 11	个人布道法 30 助人决心归主-3	个人布道法 31 助人决心归主-4	21:30	06:30
14:00	09:00				22:00	07:00
14:30	09:30	圣工消息 2013第二季第3集(中) 2013第二季第3集(粵)	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 21 竖起你信仰的丰碑	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 20 我们立刻上去得那地吧	22:30	07:30
15:00	10:00	健康新知 1042 艺术治疗对失智及家属情绪支持	心灵Brunch 154 去留之间	心灵Brunch 152 自助 人助 天助	23:00	08:00
15:30	10:30				23:30	08:30

格林威治	美东	3月17日	3月18日	3月19日	时间	美西
GMT	EST	星期二	星期三	星期四	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 3 (旧约)中的公平与怜悯:第一部分	真道时刻 772 耶稣呼召门徒	真道时刻 773 山上宝训	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 897-898	耶稣说 26	耶稣说 27	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 661 鱼香烘蛋	好得无比的旅程 45 梦想破碎时	好得无比的旅程 46 受迫害的医疗先锋	01:30	10:30
18:00	13:00	心灵Brunch 154 去留之间	创世记一百讲 30 上帝的呼召就是创造的开始	创世记一百讲 31 亚伯拉罕的失败	02:00	11:00
18:30	13:30	丰富人生 127 奇妙的引领			02:30	11:30
19:00	14:00	个人布道法 32 助人决心归主-5	天国之旅-马太福音 7 遵父旨意	天国之旅-马太福音 8 当耶稣...	03:00	12:00
19:30	14:30		健康B+医 7 珍爱生命 远离酒精	健康B+医 8 二手烟的危害	03:30	12:30
20:00	15:00	牧范学 36 八步教灵-2	健康新知 720 冠状动脉疾病	健康新知 721 心律不整	04:00	13:00
20:30	15:30		好得无比的旅程 46 受迫害的医疗先锋	好得无比的旅程 47 但以理一章 被俘	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 893-894	进入祂的圣所 9	进入祂的圣所 10	05:00	14:00
21:30	16:30	膝盖的力量 59	健康B+医 8 二手烟的危害	健康B+医 9 白领健康状况	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 1 万物复兴	真道时刻 773 山上宝训	真道时刻 772 耶稣呼召门徒	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 659 宜兰米粉羹	耶稣说 27	耶稣说 28	07:00	16:00
23:30	18:30	心灵Brunch 152 自助 人助 天助	士师风云 7	士师风云 8	07:30	16:30
00:00	19:00	个人布道法 30 助人决心归主-3	好得无比的旅程 47 但以理一章 被俘	好得无比的旅程 45 梦想破碎时	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	丰富人生 127 奇妙的引领	创世记一百讲 31 亚伯拉罕的失败	创世记一百讲 32 视觉人罗得与心觉人亚伯拉罕	09:00	18:00
01:30	20:30	牧范学 34 强化教会	耶稣说 28	耶稣说 26	09:30	18:30
02:00	21:00	心灵Brunch 153 公事私事先谁先后	进入祂的圣所 10	进入祂的圣所 11	10:00	19:00
02:30	21:30		士师风云 8	士师风云 9	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 895-896	健康新知 721 心律不整	健康新知 722 用心吃享瘦一下	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 660 浦烧素鳗鱼	天国之旅-马太福音 8 当耶稣...	天国之旅-马太福音 9 三重神迹	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 2 恢复统治权(主权)	真道时刻 772 耶稣呼召门徒	真道时刻 773 山上宝训	12:00	21:00
04:30	23:30	膝盖的力量 57	进入祂的圣所 11	进入祂的圣所 9	12:30	21:30
05:00	00:00	个人布道法 31 助人决心归主-4	好得无比的旅程 45 梦想破碎时	好得无比的旅程 46 受迫害的医疗先锋	13:00	22:00
05:30	00:30				13:30	22:30
06:00	01:00	要健康就运动 897-898	耶稣说 26	耶稣说 27	14:00	23:00
06:30	01:30		健康B+医 9 白领健康状况	健康B+医 7 珍爱生命 远离酒精	14:30	23:30
07:00	02:00	心灵Brunch 154 去留之间	真道时刻 773 山上宝训	安息日学-26年第1季 連結天与地: 腓立比书和哥罗西书中的基督 与人相处 12	15:00	00:00
07:30	02:30	丰富人生 127 奇妙的引领		15:30	00:30	
08:00	03:00	牧范学 35 八步教灵-1	创世记一百讲 32 视觉人罗得与心觉人亚伯拉罕	创世记一百讲 30 上帝的呼召就是创造的开始	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 893-894	健康新知 722 用心吃享瘦一下	健康新知 720 冠状动脉疾病	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 661 鱼香烘蛋	士师风云 9	士师风云 7	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 3 (旧约)中的公平与怜悯:第一部分	好得无比的旅程 46 受迫害的医疗先锋	好得无比的旅程 47 但以理一章 被俘	18:00	03:00
10:30	05:30	心灵Brunch 152 去留之间	天国之旅-马太福音 9	天国之旅-马太福音 7	18:30	03:30
11:00	06:00		真道时刻 772 耶稣呼召门徒	真道时刻 773 山上宝训	19:00	04:00
11:30	06:30	膝盖的力量 58	进入祂的圣所 9	进入祂的圣所 10	19:30	04:30
12:00	07:00	牧范学 36 八步教灵-2	健康新知 720 冠状动脉疾病	健康新知 721 心律不整	20:00	05:00
12:30	07:30		创世记一百讲 30 上帝的呼召就是创造的开始	创世记一百讲 31 亚伯拉罕的失败	20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 895-896	健康新知 720 冠状动脉疾病	健康新知 721 心律不整	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 659	士师风云 9	士师风云 7	21:30	06:30
14:00	09:00	个人布道法 32 助人决心归主-5	天国之旅-马太福音 7 遵父旨意	天国之旅-马太福音 8 当耶稣...	22:00	07:00
14:30	09:30		健康B+医 7	健康B+医 8	22:30	07:30
15:00	10:00	丰富人生 127 奇妙的引领	耶稣说 27	耶稣说 28	23:00	08:00
15:30	10:30	心灵Brunch 153 公事私事先谁先后	进入祂的圣所 10	进入祂的圣所 11	23:30	08:30

格林威治	美东	3月20日	3月21日	3月22日	时间	美西
GMT	BST	星期五	星期六	星期日	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与人相处 12	健康新知 1043 你居住的家安全吗	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 4 (旧约)中的公平与怜悯：第二部分	00:00	09:00
16:30	11:30		真道时刻 243 他们必听		00:30	09:30
17:00	12:00	耶稣说 28		要健康就运动 899-900	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 47 但以理一章 被俘	每日生活良助 4 摩西一生的教训	蔬食go健康 662 豆瓣炒笋笋	01:30	10:30
18:00	13:00	创世记一百讲 32 视觉人罗得与视觉人亚伯拉罕	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与人相处 12	心灵Brunch 155 不平凡中的平凡人	02:00	11:00
18:30	13:30		全新的祷告1 全新的角度	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 22 经历上童话语的大能	02:30	11:30
19:00	14:00	天国之旅-马太福音 9 三重神迹		个人布道法 33 查考圣经示范-1	03:00	12:00
19:30	14:30	健康B+医 9 白领健康状况	动物有约10 伊甸鸟园		03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 722 用心吃享瘦一下	安格 启示录 34	牧范学 37 八步教灵-3	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 45 梦想破碎时			04:30	13:30
21:00	16:00	进入祂的圣所 11	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与人相处 12	要健康就运动 901-902	05:00	14:00
21:30	16:30	健康B+医 7 珍爱生命 远离酒精	语取语录 34 赎罪日	膝盖的力量 60	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与人相处 12	全新的祷告1 全新的角度		06:00	15:00
22:30	17:30		动物有约10 伊甸鸟园	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 5 耶稣在社会中的对外布道	06:30	15:30
23:00	18:00	耶稣说 26		蔬食go健康 663 夫妻肺片	07:00	16:00
23:30	18:30	士师风云 9	健康新知 1043 你居住的家安全吗	心灵Brunch 155 不平凡中的平凡人	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 46 受迫害的医疗先锋	圣工消息 2013第三季第1集(中) 2013第三季第1集(粤)	个人布道法 34 查考圣经示范-2	08:00	17:00
00:30	19:30	创世记一百讲 30 上帝的呼召就是创造的开始	语取语录 34 赎罪日		08:30	17:30
01:00	20:00	耶稣说 27	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与人相处 12	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 23 真实与谎言	09:00	18:00
01:30	20:30		真道时刻 243 他们必听	09:30	18:30	
02:00	21:00	进入祂的圣所 9	每日生活良助 4 摩西一生的教训	牧范学 38 八步教灵-4	10:00	19:00
02:30	21:30	士师风云 7		心灵Brunch 155 不平凡中的平凡人	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 720 冠状动脉疾病	每日生活良助 4 摩西一生的教训	要健康就运动 903-904	11:00	20:00
03:30	22:30	天国之旅-马太福音 7 遵父旨意	圣工消息 2013第三季第1集(中) 2013第三季第1集(粤)	蔬食go健康 664 香煎朱排	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与人相处 12	语取语录 34 赎罪日	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 6 耶稣与人一起生活	12:00	21:00
04:30	23:30		健康新知 1043 你居住的家安全吗		12:30	21:30
05:00	00:00	进入祂的圣所 10	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与人相处 12	膝盖的力量 61	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 47 但以理一章 被俘	语取语录 34 赎罪日	个人布道法 35 查考圣经示范-3	13:30	22:30
06:00	01:00	耶稣说 28	安格 启示录 34		14:00	23:00
06:30	01:30	健康B+医 8 二手烟的危害	全新的祷告1 全新的角度	要健康就运动 899-900	14:30	23:30
07:00	02:00	真道时刻 772 耶稣呼召门徒	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与人相处 12	心灵Brunch 155 不平凡中的平凡人	15:00	00:00
07:30	02:30		安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与人相处 12	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 22 经历上童话语的大能	15:30	00:30
08:00	03:00	创世记一百讲 31 亚伯拉罕的失败	圣工消息 2013第三季第1集(中) 2013第三季第1集(粤)	要健康就运动 901-902	16:00	01:00
08:30	03:30		健康新知 1043 你居住的家安全吗		16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 721 心律不整	每日生活良助 4 摩西一生的教训	蔬食go健康 662 豆瓣炒笋笋	17:00	02:00
09:30	04:30	士师风云 8		安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 4 (旧约)中的公平与怜悯：第二部分	18:00	03:00
10:00	05:00	好得无比的旅程 45 梦想破碎时	语取语录 34 赎罪日	心灵Brunch 155 不平凡中的平凡人	18:30	03:30
10:30	05:30	天国之旅-马太福音 8 当耶稣...	全新的祷告1 全新的角度		19:00	04:00
11:00	06:00	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督	安格 启示录 34	膝盖的力量 62	19:30	04:30
11:30	06:30		动物有约10 伊甸鸟园	20:00	05:00	
12:00	07:00	进入祂的圣所 11	真道时刻 243 他们必听	牧范学 37 八步教灵-3	20:30	05:30
12:30	07:30	健康新知 722 用心吃享瘦一下	每日生活良助 4 摩西一生的教训	要健康就运动 903-904 蔬食go健康 663 夫妻肺片	21:00	06:00
13:00	08:00	创世记一百讲 32		个人布道法 33 查考圣经示范-1	21:30	06:30
13:30	08:30	视觉人罗得与视觉人亚伯拉罕	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 与人相处 12		22:00	07:00
14:00	09:00	天国之旅-马太福音 9 三重神迹		要健康就运动 899-900	22:30	07:30
14:30	09:30	健康B+医 9 白领健康状况	圣工消息 2013第三季第1集(中) 2013第三季第1集(粤)		23:00	08:00
15:00	10:00	耶稣说 26	健康新知 1043 你居住的家安全吗	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 23 真实与谎言	23:30	08:30
15:30	10:30	进入祂的圣所 9		心灵Brunch 155 不平凡中的平凡人		

格林威治	美东	3月23日	3月24日	3月25日	时间	美西
GMT	EST	星期一	星期二	星期三	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 5 耶稣在社会中的对外布道	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 6 耶稣与人一起生活	真道时刻 774 虚心的人	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 901-902	要健康就运动 903-904	耶稣说 29	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 663 夫妻肺片	蔬食go健康 664 香煎牛排	好得无比的旅程 48 澳洲最致命的洪水	01:30	10:30
18:00	13:00	基督再来 1 使徒们的盼望与信息 与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 23 真实与谎言	基督再来 2 不能忽略的真理 丰富人生 128 医治与恢复	创世记一百讲 33 战争与胜利	02:00	11:00
18:30	13:30	个人布道法 34 查考圣经示范-2	个人布道法 35 查考圣经示范-3	天国之旅-马太福音 10 差遣十二使徒	03:00	12:00
19:00	14:00			健康B+医 10 超重的代价	03:30	12:30
20:00	15:00	牧范学 38 八步教受-4	牧范学 39 关怀教会	健康新知 723 食品添加物停看闻	04:00	13:00
20:30	15:30			好得无比的旅程 49 大富翁 逃出生天版	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 903-904	要健康就运动 899-900	进入祂的圣所 12	05:00	14:00
21:30	16:30	膝盖的力量 61	膝盖的力量 62	健康B+医 11 个人卫生	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 6 耶稣与人一起生活	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 4 (旧约)中的公平与怜悯::第二部分	真道时刻 775 什么是真正的神迹	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 664 香煎牛排	蔬食go健康 662 豆瓣炒笋笋	耶稣说 30	07:00	16:00
23:30	18:30	基督再来 2 不能忽略的真理	基督再来 1 使徒们的盼望与信息	士师风云 10	07:30	16:30
00:00	19:00	个人布道法 35 查考圣经示范-3	个人布道法 33 查考圣经示范-1	好得无比的旅程 50 雨林 地球最后的乐土	08:00	17:00
00:30	19:30			创世记一百讲 34 更大的战争,更大的胜利	08:30	17:30
01:00	20:00	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 22 经历上帝话语的大熊	丰富人生 128 医治与恢复	耶稣说 31	09:00	18:00
01:30	20:30	牧范学 39 关怀教会	牧范学 37 八步教受-3		09:30	18:30
02:00	21:00	基督再来 1 使徒们的盼望与信息	基督再来 2 不能忽略的真理	进入祂的圣所 13	10:00	19:00
02:30	21:30			士师风云 11	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 899-900	要健康就运动 901-902	健康新知 724 中西医结合治疗不孕症	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 662 豆瓣炒笋笋	蔬食go健康 663 夫妻肺片	天国之旅-马太福音 11 犹太为大也为小	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 4 (旧约)中的公平与怜悯::第二部分	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 5 耶稣在社会中的对外布道	真道时刻 774 虚心的人	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	膝盖的力量 62	膝盖的力量 60	进入祂的圣所 14	13:00	22:00
05:30	00:30	个人布道法 33 查考圣经示范-1	个人布道法 34 查考圣经示范-2	好得无比的旅程 48 澳洲最致命的洪水	13:30	22:30
06:00	01:00			耶稣说 29	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 901-902	要健康就运动 903-904	健康B+医 12 口腔健康	14:30	23:30
07:00	02:00	基督再来 2 不能忽略的真理	基督再来 1 使徒们的盼望与信息	真道时刻 775 什么是真正的神迹	15:00	00:00
07:30	02:30	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 23 真实与谎言	丰富人生 128 医治与恢复		15:30	00:30
08:00	03:00	牧范学 37 八步教受-3	牧范学 38 八步教受-4	创世记一百讲 35 上帝为何与亚伯拉罕立约	16:00	01:00
08:30	03:30	要健康就运动 903-904	要健康就运动 899-900		16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 903-904	要健康就运动 899-900	健康新知 725 更年期更健康	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 663 夫妻肺片	蔬食go健康 664 香煎牛排	士师风云 12	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 5 耶稣在社会中的对外布道	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 6 耶稣与人一起生活	好得无比的旅程 49 大富翁 逃出生天版	18:00	03:00
10:30	05:30			天国之旅-马太福音 12 安息日真意	18:30	03:30
11:00	06:00	基督再来 1 使徒们的盼望与信息	基督再来 2 不能忽略的真理	真道时刻 774 虚心的人	19:00	04:00
11:30	06:30	膝盖的力量 60	膝盖的力量 61		19:30	04:30
12:00	07:00	牧范学 38 八步教受-4	牧范学 39 关怀教会	进入祂的圣所 12	20:00	05:00
12:30	07:30			健康新知 723 食品添加物停看闻	20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 899-900	要健康就运动 901-902	创世记一百讲 33 战争与胜利	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 664 香煎牛排	蔬食go健康 662 豆瓣炒笋笋		21:30	06:30
14:00	09:00	个人布道法 34 查考圣经示范-2	个人布道法 35 查考圣经示范-3	天国之旅-马太福音 10 差遣十二使徒	22:00	07:00
14:30	09:30			健康B+医 10 超重的代价	22:30	07:30
15:00	10:00	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 22 经历上帝话语的大熊	丰富人生 128 医治与恢复	耶稣说 30	23:00	08:00
15:30	10:30	基督再来 2 不能忽略的真理	基督再来 1 使徒们的盼望与信息	进入祂的圣所 13	23:30	08:30

格林威治	美东	3月26日	3月27日	3月28日	时间	美西
GMT	EST	星期四	星期五	星期六	Beijing	PST
16:00	11:00	真道时刻 775 什么是真正的神迹	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在上帝一切的旨意上站立得稳 13	健康新知 1044 打造一个不怕老的梦想家	00:00	09:00
16:30	11:30			真道时刻 244 为主做工	00:30	09:30
17:00	12:00	耶稣说 30	耶稣说 31		01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 49 大富翁 逃出生天版	好得无比的旅程 50 雨林 地球最后的乐土	每日生活良助 5 计划将来	01:30	10:30
18:00	13:00	创世记一百讲 34 更大的战争，更大的胜利	创世记一百讲 35 上帝为何与亚伯拉罕立约	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在上帝一切的旨意上站立得稳 13	02:00	11:00
18:30	13:30			全新的祷告2 全新的问题	02:30	11:30
19:00	14:00	天国之旅-马太福音 11 犹太为大也为小	天国之旅-马太福音 12 安息日真意		03:00	12:00
19:30	14:30	健康E+医 11 个人卫生	健康E+医 12 口腔健康	动物有约11 揭开狼的面纱	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 724 中西医结合治疗不孕症	健康新知 725 更年期更健康	安格 启示录 35	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 50 雨林 地球最后的乐土	好得无比的旅程 48 澳洲最致命的洪水		04:30	13:30
21:00	16:00	进入祂的圣所 13	进入祂的圣所 14	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在上帝一切的旨意上站立得稳 13	05:00	14:00
21:30	16:30	健康E+医 12 口腔健康	健康E+医 10 超重的代价		05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 774 虚心的人	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在上帝一切的旨意上站立得稳 13		语取语求 35 「罪」到底是甚么？ 全新的祷告2 全新的问题	06:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	耶稣说 31	耶稣说 29	动物有约11 揭开狼的面纱	07:00	16:00
23:30	18:30	士师风云 11	士师风云 12	健康新知 1044 打造一个不怕老的梦想家	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 48 澳洲最致命的洪水	好得无比的旅程 49 大富翁 逃出生天版	圣工消息 2013第三季第3集(中) 2013第三季第3集(粵)	08:00	17:00
00:30	19:30	创世记一百讲 35 上帝为何与亚伯拉罕立约	创世记一百讲 33 战争与胜利	语取语求 35 「罪」到底是甚么？ 安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在上帝一切的旨意上站立得稳 13	08:30	17:30
01:00	20:00			耶稣说 29	耶稣说 30	09:00
01:30	20:30				09:30	18:30
02:00	21:00	进入祂的圣所 14	进入祂的圣所 12	真道时刻 244 为主做工	10:00	19:00
02:30	21:30	士师风云 12	士师风云 10		10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 725 更年期更健康	健康新知 723 食品添加剂停看闻	每日生活良助 5 计划将来 至工消息	11:00	20:00
03:30	22:30	天国之旅-马太福音 12 安息日真意	天国之旅-马太福音 10 差遣十二使徒	2013第三季第3集(中) 2013第三季第3集(粵)	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 775 什么是真正的神迹	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督	语取语求 35 「罪」到底是甚么？ 健康新知 1044	12:00	21:00
04:30	23:30	进入祂的圣所 12	进入祂的圣所 13	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在上帝一切的旨意上站立得稳 13	12:30	21:30
05:00	00:00	好得无比的旅程 49 大富翁 逃出生天版	好得无比的旅程 50 雨林 地球最后的乐土	健康新知 1044 打造一个不怕老的梦想家	13:00	22:00
05:30	00:30				13:30	22:30
06:00	01:00	耶稣说 30	耶稣说 31	语取语求 35 「罪」到底是甚么？	14:00	23:00
06:30	01:30	健康E+医 10 超重的代价	健康E+医 11 个人卫生	安格 启示录 35	14:30	23:30
07:00	02:00	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督 在上帝一切的旨意上站立得稳 13	真道时刻 774 虚心的人		15:00	00:00
07:30	02:30			全新的祷告2 全新的问题	15:30	00:30
08:00	03:00	创世记一百讲 33 战争与胜利	创世记一百讲 34 更大的战争，更大的胜利	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督	16:00	01:00
08:30	03:30			至工消息	16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 723 食品添加剂停看闻	健康新知 724 中西医结合治疗不孕症	2013第三季第3集(中) 2013第三季第3集(粵)	17:00	02:00
09:30	04:30	士师风云 10	士师风云 11	健康新知 1044 打造一个不怕老的梦想家	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 50 雨林 地球最后的乐土	好得无比的旅程 48 澳洲最致命的洪水	语取语求 35 「罪」到底是甚么？ 全新的祷告2	18:00	03:00
10:30	05:30	天国之旅-马太福音 10	天国之旅-马太福音 11	安格	18:30	03:30
11:00	06:00	真道时刻 775 什么是真正的神迹	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督	安格 启示录 35	19:00	04:00
11:30	06:30	进入祂的圣所 13	进入祂的圣所 14	动物有约11 揭开狼的面纱	19:30	04:30
12:00	07:00				20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 724 中西医结合治疗不孕症	健康新知 725 更年期更健康	真道时刻 244 为主做工	20:30	05:30
13:00	08:00	创世记一百讲 34 更大的战争，更大的胜利	创世记一百讲 35 上帝为何与亚伯拉罕立约	每日生活良助 5 安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督	21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	天国之旅-马太福音 11 犹太为大也为小	天国之旅-马太福音 12 安息日真意	安息日学-26年第1季 连结天与地： 腓立比书和哥罗西书中的基督	22:00	07:00
14:30	09:30	健康E+医 11	健康E+医 12		22:30	07:30
15:00	10:00	耶稣说 31	耶稣说 29	圣工消息 2013第三季第3集(中) 2013第三季第3集(粵)	23:00	08:00
15:30	10:30	进入祂的圣所 14	进入祂的圣所 12	健康新知 1044 打造一个不怕老的梦想家	23:30	08:30

格林威治	美东	3月29日	3月30日	3月31日	时间	美西
GMT	BST	星期日	星期一	星期二	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 7 耶稣为他们行善	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 8 耶稣表示同情	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 9 耶稣赢得他们的信任	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 905-906	要健康就运动 907-908	要健康就运动 909-910	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 665 京酱素若丝	蔬食go健康 666 古早味烤玉米	蔬食go健康 667 蔬食花枝羹	01:30	10:30
18:00	13:00	基督再来 3 在盼望中的合一-与同工	基督再来 4 复活的真理	基督再来 5 与永恒接轨	02:00	11:00
18:30	13:30	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 24	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 25 被私欲牵引的先知	丰富人生 131 美讯室内设计	02:30	11:30
19:00	14:00	个人布道法 36 查考圣经示范-4	个人布道法 37 查考圣经示范-5	个人布道法 38 查考圣经示范-6	03:00	12:00
19:30	14:30				03:30	12:30
20:00	15:00	牧范学 40 有效布道	牧范学 41 群体对象	牧范学 42 教会兴衰	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 907-908	要健康就运动 909-910	要健康就运动 905-906	05:00	14:00
21:30	16:30	膝盖的力量 63	膝盖的力量 64	膝盖的力量 65	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 8 耶稣表示同情	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 9 耶稣赢得他们的信任	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 7 耶稣为他们行善	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 666 古早味烤玉米	蔬食go健康 667 蔬食花枝羹	蔬食go健康 665 京酱素若丝	07:00	16:00
23:30	18:30	基督再来 4 复活的真理	基督再来 5 与永恒接轨	基督再来 3 在盼望中的合一-与同工	07:30	16:30
00:00	19:00	个人布道法 37 查考圣经示范-5	个人布道法 38 查考圣经示范-6	个人布道法 36 查考圣经示范-4	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 25 被私欲牵引的先知	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 24	丰富人生 131 美讯室内设计	09:00	18:00
01:30	20:30	牧范学 41 群体对象	牧范学 42 教会兴衰	牧范学 40 有效布道	09:30	18:30
02:00	21:00				10:00	19:00
02:30	21:30	基督再来 3 在盼望中的合一-与同工	基督再来 4 复活的真理	基督再来 5 与永恒接轨	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 909-910	要健康就运动 905-906	要健康就运动 907-908	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 667 蔬食花枝羹	蔬食go健康 665 京酱素若丝	蔬食go健康 666 古早味烤玉米	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 9 耶稣赢得他们的信任	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 7 耶稣为他们行善	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 8 耶稣表示同情	12:00	21:00
04:30	23:30	膝盖的力量 64	膝盖的力量 65	膝盖的力量 63	12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30	个人布道法 38 查考圣经示范-6	个人布道法 36 查考圣经示范-4	个人布道法 37 查考圣经示范-5	13:30	22:30
06:00	01:00				14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 905-906	要健康就运动 907-908	要健康就运动 909-910	14:30	23:30
07:00	02:00	基督再来 3 在盼望中的合一-与同工	基督再来 4 复活的真理	基督再来 5 与永恒接轨	15:00	00:00
07:30	02:30	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 24	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 25 被私欲牵引的先知	丰富人生 131 美讯室内设计	15:30	00:30
08:00	03:00	牧范学 42 教会兴衰	牧范学 40 有效布道	牧范学 41 群体对象	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 907-908	要健康就运动 909-910	要健康就运动 905-906	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 665 京酱素若丝	蔬食go健康 666 古早味烤玉米	蔬食go健康 667 蔬食花枝羹	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 7 耶稣为他们行善	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 8 耶稣表示同情	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 9 耶稣赢得他们的信任	18:00	03:00
10:30	05:30	基督再来 4 复活的真理	基督再来 5 与永恒接轨	基督再来 3 在盼望中的合一-与同工	18:30	03:30
11:00	06:00				19:00	04:00
11:30	06:30	膝盖的力量 65	膝盖的力量 63	膝盖的力量 64	19:30	04:30
12:00	07:00	牧范学 40 有效布道	牧范学 41 群体对象	牧范学 42 教会兴衰	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 909-910	要健康就运动 905-906	要健康就运动 907-908	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 666	蔬食go健康 667	蔬食go健康 665	21:30	06:30
14:00	09:00	个人布道法 36 查考圣经示范-4	个人布道法 37 查考圣经示范-5	个人布道法 38 查考圣经示范-6	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 25 被私欲牵引的先知	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 24 甘当绿叶配红花	丰富人生 131 美讯室内设计	23:00	08:00
15:30	10:30	基督再来 5 与永恒接轨	基督再来 3 在盼望中的合一-与同工	基督再来 4 复活的真理	23:30	08:30

格林威治	美东	4月1日	4月2日	4月3日	时间	美西
GMT	EST	星期三	星期四	星期五	Beijing	PST
16:00	11:00	真道时刻 776 谁才是耶稣的跟随者	真道时刻 777 谁是耶稣要我们爱的邻舍	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 面对现实 1	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	耶稣说 32	耶稣说 33	耶稣说 34	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 51 走进雨林	好得无比的旅程 52 二次大战的奇妙故事	好得无比的旅程 53 救了世界的间谍	01:30	10:30
18:00	13:00	创世记一百讲 36 违约的亚伯拉罕	创世记一百讲 38 割礼：刻在肉体中的约	创世记一百讲 39 上帝岂有难成的事吗	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	天国之旅-马太福音 13 七个比喻	天国之旅-马太福音 14 罪	天国之旅-马太福音 15 内外清洁	03:00	12:00
19:30	14:30	健康B+医 13 切勿被毒品吸食生命	健康B+医 14 如何防治结石	健康B+医 15 甜过头：现代人与糖尿病	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 726 鼻窦术后免填塞	健康新知 727 机器人臂治疗呼吸中止症	健康新知 728 正子扫描揪出恶性肿瘤	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 52 二次大战的奇妙故事	好得无比的旅程 53 救了世界的间谍	好得无比的旅程 51 走进雨林	04:30	13:30
21:00	16:00	进入祂的圣所 15	进入祂的圣所 16	进入祂的圣所 17	05:00	14:00
21:30	16:30	健康B+医 14 如何防治结石	健康B+医 15 甜过头：现代人与糖尿病	健康B+医 13 切勿被毒品吸食生命	05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 777 谁才是耶稣要我们爱的邻舍	真道时刻 776 谁才是耶稣的跟随者	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 面对现实 1	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	耶稣说 33	耶稣说 34	耶稣说 32	07:00	16:00
23:30	18:30	士师风云 13	士师风云 14	士师风云 15	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 53 救了世界的间谍	好得无比的旅程 51 走进雨林	好得无比的旅程 52 二次大战的奇妙故事	08:00	17:00
00:30	19:30	创世记一百讲 38 割礼：刻在肉体中的约	创世记一百讲 39 上帝岂有难成的事吗	创世记一百讲 36 违约的亚伯拉罕	08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	耶稣说 34	耶稣说 32	耶稣说 33	09:30	18:30
02:00	21:00	进入祂的圣所 16	进入祂的圣所 17	进入祂的圣所 15	10:00	19:00
02:30	21:30	士师风云 14	士师风云 15	士师风云 13	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 727 机器人臂治疗呼吸中止症	健康新知 728 正子扫描揪出恶性肿瘤	健康新知 726 鼻窦术后免填塞	11:00	20:00
03:30	22:30	天国之旅-马太福音 14 罪	天国之旅-马太福音 15 内外清洁	天国之旅-马太福音 13 七个比喻	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 776 谁才是耶稣的跟随者	真道时刻 777 谁是耶稣要我们爱的邻舍	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 面对现实 1	12:00	21:00
04:30	23:30	进入祂的圣所 17	进入祂的圣所 15	进入祂的圣所 16	12:30	21:30
05:00	00:00	好得无比的旅程 51 走进雨林	好得无比的旅程 52 二次大战的奇妙故事	好得无比的旅程 53 救了世界的间谍	13:00	22:00
05:30	00:30	耶稣说 32	耶稣说 33	耶稣说 34	13:30	22:30
06:00	01:00	健康B+医 15 甜过头：现代人与糖尿病	健康B+医 13 切勿被毒品吸食生命	健康B+医 14 如何防治结石	14:00	23:00
06:30	01:30	真道时刻 777 谁才是耶稣要我们爱的邻舍	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 面对现实 1	真道时刻 776 谁才是耶稣的跟随者	14:30	23:30
07:00	02:00	创世记一百讲 39 上帝岂有难成的事吗	创世记一百讲 36 违约的亚伯拉罕	创世记一百讲 38 割礼：刻在肉体中的约	15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	健康新知 728 正子扫描揪出恶性肿瘤	健康新知 726 鼻窦术后免填塞	健康新知 727 机器人臂治疗呼吸中止症	16:00	01:00
08:30	03:30	士师风云 15	士师风云 13	士师风云 14	16:30	01:30
09:00	04:00	好得无比的旅程 52 二次大战的奇妙故事	好得无比的旅程 53 救了世界的间谍	好得无比的旅程 51 走进雨林	17:00	02:00
09:30	04:30	天国之旅-马太福音 15 七个比喻	天国之旅-马太福音 13 内外清洁	天国之旅-马太福音 14 罪	17:30	02:30
10:00	05:00	真道时刻 776 谁才是耶稣的跟随者	真道时刻 777 谁是耶稣要我们爱的邻舍	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 面对现实 1	18:00	03:00
10:30	05:30	进入祂的圣所 15	进入祂的圣所 16	进入祂的圣所 17	18:30	03:30
11:00	06:00	健康新知 726 鼻窦术后免填塞	健康新知 727 机器人臂治疗呼吸中止症	健康新知 728 正子扫描揪出恶性肿瘤	19:00	04:00
11:30	06:30	创世记一百讲 36 违约的亚伯拉罕	创世记一百讲 38 割礼：刻在肉体中的约	创世记一百讲 39 上帝岂有难成的事吗	19:30	04:30
12:00	07:00	天国之旅-马太福音 13 七个比喻	天国之旅-马太福音 14 罪	天国之旅-马太福音 15 内外清洁	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 727 机器人臂治疗呼吸中止症	健康新知 726 鼻窦术后免填塞	健康新知 728 正子扫描揪出恶性肿瘤	20:30	05:30
13:00	08:00	进入祂的圣所 16	进入祂的圣所 17	进入祂的圣所 15	21:00	06:00
13:30	08:30	真道时刻 776 谁才是耶稣的跟随者	真道时刻 777 谁是耶稣要我们爱的邻舍	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 面对现实 1	21:30	06:30
14:00	09:00	天国之旅-马太福音 13 七个比喻	天国之旅-马太福音 14 罪	天国之旅-马太福音 15 内外清洁	22:00	07:00
14:30	09:30	健康B+医 13 切勿被毒品吸食生命	健康B+医 14 如何防治结石	健康B+医 15 甜过头：现代人与糖尿病	22:30	07:30
15:00	10:00	耶稣说 33	耶稣说 34	耶稣说 32	23:00	08:00
15:30	10:30	进入祂的圣所 16	进入祂的圣所 17	进入祂的圣所 15	23:30	08:30

格林威治	美东	4月4日	4月5日	4月6日	时间	美西
GMT	BST	星期六	星期日	星期一	Beijing	PST
16:00	11:00	健康新知 1045 别让吞咽变难事 让你轻松吃到老	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 10 耶稣赢得他们的信任	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 11 耶稣要求他们「跟我」	00:00	09:00
16:30	11:30	真道时刻 245 你有什么			00:30	09:30
17:00	12:00		要健康就运动 911-912	要健康就运动 913-914	01:00	10:00
17:30	12:30	每日生活良助 6 工价	蔬食go健康 668 蔬食蚵仔煎	蔬食go健康 669 地瓜烧	01:30	10:30
18:00	13:00	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 面对现实 1	基督再来 6 天堂美景	基督再来 7 耶稣第一次来的原因	02:00	11:00
18:30	13:30		与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 26 叛逆的结局	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 27	02:30	11:30
19:00	14:00	全新的祷告3 全新的祷告			03:00	12:00
19:30	14:30	动物有约 12 哥斯达黎加	个人布道法 39 查考圣经示范-7	个人布道法 40 查考圣经示范-8	03:30	12:30
20:00	15:00	安格 启示录 36	牧范学 43 教会增长	牧范学 44 自我装备	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 面对现实 1	要健康就运动 913-914	要健康就运动 915-916	05:00	14:00
21:30	16:30		膝盖的力量 66	膝盖的力量 67	05:30	14:30
22:00	17:00	语取语求 36 启示录与圣所	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 11 耶稣要求他们「跟我」	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 12 末时的城市布道工作	06:00	15:00
22:30	17:30	全新的祷告3 全新的祷告			06:30	15:30
23:00	18:00	动物有约 12 哥斯达黎加	蔬食go健康 669 地瓜烧	蔬食go健康 670 巧克力司康	07:00	16:00
23:30	18:30	健康新知 1045 别让吞咽变难事 让你轻松吃到老	基督再来 7 耶稣第一次来的原因	基督再来 8 耶稣是谁	07:30	16:30
00:00	19:00	圣工消息 2013第四季第1集(中) 2013第四季第1集(粵)	个人布道法 40 查考圣经示范-8	个人布道法 41 查考圣经示范-9	08:00	17:00
00:30	19:30	语取语求 36 启示录与圣所			08:30	17:30
01:00	20:00	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 面对现实 1	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 27	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 28 改变乃命运的关键	09:00	18:00
01:30	20:30		牧范学 44 自我装备	牧范学 45 自我增值	09:30	18:30
02:00	21:00	真道时刻 245 你有什么	基督再来 8 耶稣是谁	基督再来 9 耶稣是谁	10:00	19:00
02:30	21:30		要健康就运动 915-916	要健康就运动 911-912	10:30	19:30
03:00	22:00	每日生活良助 6 工价			11:00	20:00
03:30	22:30	圣工消息 2013第四季第1集(中) 2013第四季第1集(粵)	蔬食go健康 670 巧克力司康	蔬食go健康 668 蔬食蚵仔煎	11:30	20:30
04:00	23:00	语取语求 36 启示录与圣所	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 12 末时的城市布道工作	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 10 耶稣赢得他们的信任	12:00	21:00
04:30	23:30	健康新知 1045	膝盖的力量 67	膝盖的力量 68	12:30	21:30
05:00	00:00	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 面对现实 1	个人布道法 41 查考圣经示范-9	个人布道法 39 查考圣经示范-7	13:00	22:00
05:30	00:30				13:30	22:30
06:00	01:00	语取语求 36 启示录与圣所			14:00	23:00
06:30	01:30	安格 启示录 36	要健康就运动 911-912	要健康就运动 913-914	14:30	23:30
07:00	02:00		基督再来 6 天堂美景	基督再来 7 耶稣第一次来的原因	15:00	00:00
07:30	02:30	全新的祷告3 全新的祷告	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 28 改变乃命运的关键	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 26 叛逆的结局	15:30	00:30
08:00	03:00	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 面对现实 1	牧范学 45 自我增值	牧范学 43 教会增长	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	圣工消息 2013第四季第1集(中) 2013第四季第1集(粵)	要健康就运动 913-914	要健康就运动 915-916	17:00	02:00
09:30	04:30	健康新知 1045 别让吞咽变难事 让你轻松吃到老	蔬食go健康 668 蔬食蚵仔煎	蔬食go健康 669 地瓜烧	17:30	02:30
10:00	05:00	语取语求 36 启示录与圣所	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 10 耶稣赢得他们的信任	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 11 耶稣要求他们「跟我」	18:00	03:00
10:30	05:30	全新的祷告3			18:30	03:30
11:00	06:00	安格 启示录 36	膝盖的力量 68	膝盖的力量 66	19:00	04:00
11:30	06:30	动物有约 12 哥斯达黎加	牧范学 43 教会增长	牧范学 44 自我装备	19:30	04:30
12:00	07:00	真道时刻 245 你有什么			20:00	05:00
12:30	07:30		要健康就运动 915-916	要健康就运动 911-912	20:30	05:30
13:00	08:00	每日生活良助 6 工价	蔬食go健康 669	蔬食go健康 670	21:00	06:00
13:30	08:30	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 面对现实 1	个人布道法 39 查考圣经示范-7	个人布道法 40 查考圣经示范-8	21:30	06:30
14:00	09:00				22:00	07:00
14:30	09:30	圣工消息 2013第四季第1集(中) 2013第四季第1集(粵)	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 26 叛逆的结局	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 27 改变乃命运的小女子	22:30	07:30
15:00	10:00				23:00	08:00
15:30	10:30	健康新知 1045 别让吞咽变难事 让你轻松吃到老	基督再来 8 耶稣是谁	基督再来 6 天堂美景	23:30	08:30

格林威治	美东	4月7日	4月8日	4月9日	时间	美西
GMT	EST	星期二	星期三	星期四	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 12 末时的城市布道工作	真道时刻 778 哀恸的人	真道时刻 779 温柔的人	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 915-916	耶稣说 35	耶稣说 36	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 670 巧克力司康	好得无比的旅程 54 叛奴者 奇异恩典	好得无比的旅程 55 神奇水池旁的人	01:30	10:30
18:00	13:00	基督再来 8 耶稣是谁	创世记一百讲 40 第四十讲：为城市祷告	创世记一百讲 42 所多玛，耶稣复临时最后审判的模型	02:00	11:00
18:30	13:30	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 28 改变乃命运的随从			02:30	11:30
19:00	14:00	个人布道法 41 查考圣经示范-9	丰富人生 32 人生可以随时开始	丰富人生 87 崭新的人生	03:00	12:00
19:30	14:30		健康B+医 16 如何抗癌	健康B+医 17 老年人健康秘诀	03:30	12:30
20:00	15:00	牧范学 45 自我增值	健康新知 729 放射性同位素	健康新知 730 越敲越美丽	04:00	13:00
20:30	15:30		好得无比的旅程 55 神奇水池旁的人	好得无比的旅程 56 忧郁症的成因	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 911-912	进入祂的圣所 18	进入祂的圣所 19	05:00	14:00
21:30	16:30	膝盖的力量 68	健康B+医 17 老年人健康秘诀	健康B+医 18 都市人如何保持心理健康	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 10 耶稣赢得他们的信任	真道时刻 779 温柔的人	真道时刻 778 哀恸的人	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 668 蔬食蚵仔煎	耶稣说 36	耶稣说 37	07:00	16:00
23:30	18:30	基督再来 6 天堂美景	士师风云 16	士师风云 17	07:30	16:30
00:00	19:00	个人布道法 39 查考圣经示范-7	好得无比的旅程 56 忧郁症的成因	好得无比的旅程 54 叛奴者 奇异恩典	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	与王相遇的人-旧约圣经人物访谈 26 新约的结局	创世记一百讲 42 所多玛，耶稣复临时最后审判的模型	创世记一百讲 43 当亚伯拉罕再次说谎的时候	09:00	18:00
01:30	20:30	牧范学 43 教会增长	耶稣说 37	耶稣说 35	09:30	18:30
02:00	21:00		进入祂的圣所 19	进入祂的圣所 20	10:00	19:00
02:30	21:30	基督再来 / 耶稣第一次来的原因	士师风云 17	士师风云 18	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 913-914	健康新知 730 越敲越美丽	健康新知 731 敲出瓜子脸	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 669 地瓜烧	丰富人生 87 崭新的人生	丰富人生 89 光的儿子	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 11 耶稣要求他们「跟从我」	真道时刻 778 哀恸的人	真道时刻 779 温柔的人	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	膝盖的力量 66	进入祂的圣所 20	进入祂的圣所 18	13:00	22:00
05:30	00:30	个人布道法 40 查考圣经示范-8	好得无比的旅程 54 叛奴者 奇异恩典	好得无比的旅程 55 神奇水池旁的人	13:30	22:30
06:00	01:00				耶稣说 35	耶稣说 36
06:30	01:30	要健康就运动 915-916	健康B+医 18 都市人如何保持心理健康	健康B+医 16 如何抗癌	14:30	23:30
07:00	02:00	基督再来 8 耶稣是谁	真道时刻 779 温柔的人	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 认识上帝 2	15:00	00:00
07:30	02:30	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 27			15:30	00:30
08:00	03:00	牧范学 44 自我装备	创世记一百讲 43 当亚伯拉罕再次说谎的时候	创世记一百讲 40 第四十讲：为城市祷告	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 911-912	健康新知 731 敲出瓜子脸	健康新知 729 放射性同位素	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 670 巧克力司康	士师风云 18	士师风云 16	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-16年第3季 教会在社会中的角色 12 末时的城市布道工作	好得无比的旅程 55 神奇水池旁的人	好得无比的旅程 56 忧郁症的成因	18:00	03:00
10:30	05:30				丰富人生 89	丰富人生 32
11:00	06:00	基督再来 8 耶稣是谁	真道时刻 778	真道时刻 779	19:00	04:00
11:30	06:30	膝盖的力量 67	哀恸的人	温柔的人	19:30	04:30
12:00	07:00	牧范学 45 自我增值	进入祂的圣所 18	进入祂的圣所 19	20:00	05:00
12:30	07:30				健康新知 729 放射性同位素	健康新知 730 越敲越美丽
13:00	08:00	要健康就运动 913-914	创世记一百讲 40	创世记一百讲 42	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 668	第四十讲：为城市祷告	所多玛，耶稣复临时最后审判的模型	21:30	06:30
14:00	09:00	个人布道法 41 查考圣经示范-9	丰富人生 32 人生可以随时开始	丰富人生 87 崭新的人生	22:00	07:00
14:30	09:30				健康B+医 16	健康B+医 17
15:00	10:00	与主相遇的人-旧约圣经人物访谈 28 改变乃命运的随从	耶稣说 36	耶稣说 37	23:00	08:00
15:30	10:30	基督再来 7 耶稣第一次来的原因	进入祂的圣所 19	进入祂的圣所 20	23:30	08:30