

格林威治	美东	9月1日	9月2日	9月3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-14年第4季 雅各布书 9 有一位立法主与审判主	安息日学-14年第4季 雅各布书 10 哭泣与号咷	真道时刻 715 路加的见证： 用生命热情书写耶稣生平	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 503-504	要健康就运动 505-506	脚前的路上的光 213 救恩两面观	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 490 坚果酥片	蔬食go健康 491 素干贝花椰菜米色拉	好得无比的旅程 154 佛罗伦萨·南丁格尔 _ 提灯女神	01:30	10:30
18:00	13:00	心灵Brunch 41 学耶稣的样式	心灵Brunch 42 人生的抉择 丰富人生 94 职场就是禾场	永远的福音 17 挪亚和罗得的日子	02:00	11:00
18:30	13:30	颂赞主恩 19			02:30	11:30
19:00	14:00	预言的地标 千年安息 5	预言的地标 不可变更的律法 6	经声今示 21 创造论的新观点 3	03:00	12:00
19:30	14:30			耶稣101 被拣选 17 -一位女性领导底波拉	03:30	12:30
20:00	15:00	安格 释经学 26 以同类经文、组合解经	安格 释经学 27 简易解经法	健康新知 634 天然保养品	04:00	13:00
20:30	15:30			好得无比的旅程 155 银卷之谜	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 505-506	要健康就运动 501-502	古经今谈 13 Rainbow of Promise 耶稣101 被拣选 18 突破失败的向上力量	05:00	14:00
21:30	16:30	基督徒家庭 30	基督徒家庭 31	永远的福音 18 面对灰心的勇气	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-14年第4季 雅各布书 10 哭泣与号咷	安息日学-14年第4季 雅各布书 8 属天智慧的谦卑	真道时刻 716 马利亚的见证： 耶稣以天父的事为念	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 491 素干贝花椰菜米色拉	蔬食go健康 489 酪梨 / 卡布里色拉	脚前的路上的光 214 信心与行为的定界	07:00	16:00
23:30	18:30	心灵Brunch 42 人生的抉择	心灵Brunch 34 谁能承受永生	圣经人物与你 14 第一位殉道者:埃布尔	07:30	16:30
00:00	19:00	预言的地标 不可变更的律法 6	预言的地标 终极牺牲 4	好得无比的旅程 157 心虚的人有福了_艾琳娜·罗斯福	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	颂赞主恩 18	丰富人生 94 职场就是禾场	永远的福音 18 面对灰心的勇气	09:00	18:00
01:30	20:30	安格 释经学 27 简易解经法	安格 释经学 25 以书卷解经	脚前的路上的光 215 平安之源	09:30	18:30
02:00	21:00			古经今谈 14 Confusion City	10:00	19:00
02:30	21:30	心灵Brunch 34 谁能承受永生	心灵Brunch 41 学耶稣的样式	圣经人物与你 15 第一个多妻者:拉斐	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 501-502	要健康就运动 503-504	健康新知 635 口呼吸的危害	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 489 酪梨 / 卡布里色拉 安息日学-14年第4季 雅各布书 8 属天智慧的谦卑 基督徒家庭 31	蔬食go健康 490 坚果酥片 安息日学-14年第4季 雅各布书 9 有一位立法主与审判主 基督徒家庭 29	经声今示 22 创造论的新观点 4 真道时刻 715 路加的见证： 用生命热情书写耶稣生平	11:30	20:30
04:00	23:00				12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30	预言的地标 终极牺牲 4	预言的地标 千年安息 5	好得无比的旅程 154 佛罗伦萨·南丁格尔 _ 提灯女神	13:30	22:30
06:00	01:00			脚前的路上的光 213 救恩两面观 耶稣101 被拣选 19	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 503-504	要健康就运动 505-506		14:30	23:30
07:00	02:00	心灵Brunch 41 学耶稣的样式	心灵Brunch 42 人生的抉择 丰富人生 94 职场就是禾场	真道时刻 716 马利亚的见证： 耶稣以天父的事为念	15:00	00:00
07:30	02:30	颂赞主恩 19			15:30	00:30
08:00	03:00	安格 释经学 25 以书卷解经	安格 释经学 26 以同类经文、组合解经	永远的福音 19 相守终身(上)	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 505-506	要健康就运动 501-502	健康新知 636 恋爱学分	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 490 坚果酥片 安息日学-14年第4季 雅各布书 9 有一位立法主与审判主	蔬食go健康 491 素干贝花椰菜米色拉 安息日学-14年第4季 雅各布书 10 哭泣与号咷	圣经人物与你 16 一个未尝死味的人 好得无比的旅程 155 银卷之谜	17:30	02:30
10:00	05:00				18:00	03:00
10:30	05:30				18:30	03:30
11:00	06:00				19:00	04:00
11:30	06:30				19:30	04:30
12:00	07:00				20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 501-502 蔬食go健康 491	要健康就运动 503-504 蔬食go健康 489	永远的福音 17 挪亚和罗得的日子 经声今示 21 创造论的新观点 3	21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	预言的地标 千年安息 5	预言的地标 不可变更的律法 6	耶稣101	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	颂赞主恩 18	丰富人生 94 职场就是禾场	脚前的路上的光 214 信心与行为的定界	23:00	08:00
15:30	10:30	心灵Brunch 34 谁能承受永生	心灵Brunch 41 学耶稣的样式	古经今谈 14 Confusion City	23:30	08:30

格林威治	美东	9月4日	9月5日	9月6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 716 马利亚的见证： 耶稣以天父的事为念	安息日学-25年第3季 出埃及记 圣约与蓝图 10	健康新知 1015 敲出好睡眠	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	脚前的灯路上的光 214 信心与行为的定界	脚前的灯路上的光 215 平安之源	亲近上帝 今生的骄傲 7	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 155 银卷之谜	好得无比的旅程 157 心虚的人有福了_艾琳娜·罗斯福		01:30	10:30
18:00	13:00	永远的福音 18 面对灰心的勇气	永远的福音 19 相守终身(上)	安息日学-25年第3季 出埃及记 圣约与蓝图 10	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	经声今示 22 创造论的新观点 4	经声今示 23 创造论的新观点 5	传承12	03:00	12:00
19:30	14:30	耶稣101 被拣选 18 -穷途末路的妇人内奥米	耶稣101 被拣选 19 -信靠的妇人	受感之笔 24	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 635 口呼吸的危害	健康新知 636 恋爱学分	安格 启示录 5	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 157 心虚的人有福了_艾琳娜·罗斯福	好得无比的旅程 154 佛罗伦萨·南丁格尔_提灯女神		04:30	13:30
21:00	16:00	古经今谈 14 Confusion City 耶稣101	古经今谈 15 Time to Go! 耶稣101	安息日学-25年第3季 出埃及记 圣约与蓝图 10	05:00	14:00
21:30	16:30	被拣选 19 福音的妇 1	被拣选 17 福音的妇 1		05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 715 路加的见证： 用生命热情书写耶稣生平	安息日学-25年第3季 出埃及记 圣约与蓝图 10	语取语求 6 时间	06:00	15:00
22:30	17:30			传承12	06:30	15:30
23:00	18:00	脚前的灯路上的光 215 平安之源	脚前的灯路上的光 213 救恩两面观	受感之笔 24	07:00	16:00
23:30	18:30	圣经人物与你 15 第一个多妻者:拉麦	圣经人物与你 16 一个未尝死味的人	健康新知 1015 敲出好睡眠	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 154 佛罗伦萨·南丁格尔_提灯女神	好得无比的旅程 155 银卷之谜	圣工消息 2019第四季第3集(中) 2019第四季第3集(粵)	08:00	17:00
00:30	19:30	永远的福音 19 相守终身(上)	永远的福音 17 挪亚和罗得的日子	语取语求 6 时间	08:30	17:30
01:00	20:00			安息日学-25年第3季 出埃及记 圣约与蓝图 10	09:00	18:00
01:30	20:30	脚前的灯路上的光 213 救恩两面观	脚前的灯路上的光 214 信心与行为的定界		09:30	18:30
02:00	21:00	古经今谈 15 Time to Go!	古经今谈 13 Rainbow of Promise	亲近上帝 今生的骄傲 7	10:00	19:00
02:30	21:30	圣经人物与你 16 一个未尝死味的人	圣经人物与你 14 第一位殉道者:埃布尔		10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 636 恋爱学分	健康新知 634 天然保养品		11:00	20:00
03:30	22:30	经声今示 23 创造论的新观点 5	经声今示 21 创造论的新观点 3	圣工消息 2019第四季第3集(中) 2019第四季第3集(粵)	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 716 马利亚的见证： 耶稣以天父的事为念	安息日学-25年第3季 出埃及记 圣约与蓝图 10	语取语求 6 时间	12:00	21:00
04:30	23:30	古经今谈 14	古经今谈 14	健康新知 1015	12:30	21:30
05:00	00:00			安息日学-25年第3季 出埃及记 圣约与蓝图 10	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 155 银卷之谜	好得无比的旅程 157 心虚的人有福了_艾琳娜·罗斯福		13:30	22:30
06:00	01:00	脚前的灯路上的光 214 信心与行为的定界	脚前的灯路上的光 215 平安之源	语取语求 6 时间	14:00	23:00
06:30	01:30	耶稣101 被拣选 17 福音的妇 1	耶稣101 被拣选 18 福音的妇 1	安格 启示录 6	14:30	23:30
07:00	02:00	安息日学-25年第3季 出埃及记 圣约与蓝图 10	真道时刻 715 路加的见证： 用生命热情书写耶稣生平		15:00	00:00
07:30	02:30			传承12	15:30	00:30
08:00	03:00	永远的福音 17 挪亚和罗得的日子	永远的福音 18 面对灰心的勇气	安息日学-25年第3季 出埃及记 圣约与蓝图 10	16:00	01:00
08:30	03:30			圣工消息 2019第四季第3集(中) 2019第四季第3集(粵)	16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 634 天然保养品	健康新知 635 口呼吸的危害	健康新知 1015 敲出好睡眠	17:00	02:00
09:30	04:30	圣经人物与你 14 第一位殉道者:埃布尔	圣经人物与你 15 第一个多妻者:拉麦		17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 157 心虚的人有福了_艾琳娜·罗斯福	好得无比的旅程 154 佛罗伦萨·南丁格尔_提灯女神	语取语求 6 时间	18:00	03:00
10:30	05:30	经声今示 21	经声今示 22	传承12	18:30	03:30
11:00	06:00	真道时刻 716 马利亚的见证： 耶稣以天父的事为念	安息日学-25年第3季 出埃及记 圣约与蓝图 10	安格 启示录 6	19:00	04:00
11:30	06:30	古经今谈 14	古经今谈 13	受感之笔 24	19:30	04:30
12:00	07:00	健康新知 635 口呼吸的危害	健康新知 636 恋爱学分	亲近上帝 今生的骄傲 7	20:00	05:00
12:30	07:30	永远的福音 18 面对灰心的勇气	永远的福音 19 相守终身(上)		20:30	05:30
13:00	08:00	经声今示 22 创造论的新观点 4	经声今示 23 创造论的新观点 5	安息日学-25年第3季 出埃及记 圣约与蓝图 10	21:00	06:00
13:30	08:30	耶稣101	耶稣101		21:30	06:30
14:00	09:00	脚前的灯路上的光 215 平安之源	脚前的灯路上的光 213 救恩两面观	圣工消息 2019第四季第3集(中) 2019第四季第3集(粵)	22:00	07:00
14:30	09:30	古经今谈 15 Time to Go!	古经今谈 13 Rainbow of Promise	健康新知 1015 敲出好睡眠	22:30	07:30
15:00	10:00				23:00	08:00
15:30	10:30				23:30	08:30

格林威治	美东	9月7日	9月8日	9月9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-14年第4季 雅各布书 11	安息日学-14年第4季 雅各布书 12	安息日学-14年第4季 雅各布书 13	00:00	09:00
16:30	11:30	预备收割	祷告、医治与复原	永远的福音	00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 507-508	要健康就运动 509-510	要健康就运动 511-512	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 492 红豆凉糕	蔬食go健康 493 泰式槟宁咖喱凉面	蔬食go健康 494 蜀香干锅花椰菜	01:30	10:30
18:00	13:00	心灵Brunch 43 栽种公义才能收割慈爱	心灵Brunch 44 被火焚烧的圣经	心灵Brunch 45 观念对了获得健康好轻松	02:00	11:00
18:30	13:30	颂赞主恩 20	颂赞主恩 21	丰富人生 95 疗愈人心的画	02:30	11:30
19:00	14:00	预言的地标 安息之工 7	预言的地标 迷羊之返 8	预言的地标 邪灵陷阱 9	03:00	12:00
19:30	14:30				03:30	12:30
20:00	15:00	安格 释经学 28 比喻解经法	安格 释经学 29 科学问题在解经中	安格 释经学 30 灵意、预表解经的正误	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 509-510	要健康就运动 511-512	要健康就运动 507-508	05:00	14:00
21:30	16:30	基督徒家庭 32	基督徒家庭 33	基督徒家庭 34	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-14年第4季 雅各布书 12	安息日学-14年第4季 雅各布书 13	安息日学-14年第4季 雅各布书 11	06:00	15:00
22:30	17:30	祷告、医治与复原	永远的福音	预备收割	06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 493 泰式槟宁咖喱凉面	蔬食go健康 494 蜀香干锅花椰菜	蔬食go健康 492 红豆凉糕	07:00	16:00
23:30	18:30	心灵Brunch 44 被火焚烧的圣经	心灵Brunch 45 观念对了获得健康好轻松	心灵Brunch 43 栽种公义才能收割慈爱	07:30	16:30
00:00	19:00	预言的地标 迷羊之返 8	预言的地标 邪灵陷阱 9	预言的地标 安息之工 7	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	颂赞主恩 21	颂赞主恩 20	丰富人生 95 疗愈人心的画	09:00	18:00
01:30	20:30	安格 释经学 29 科学问题在解经中	安格 释经学 30 灵意、预表解经的正误	安格 释经学 28 比喻解经法	09:30	18:30
02:00	21:00				10:00	19:00
02:30	21:30	心灵Brunch 43	心灵Brunch 43	心灵Brunch 44	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 511-512	要健康就运动 507-508	要健康就运动 509-510	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 494 蜀香干锅花椰菜	蔬食go健康 492 红豆凉糕	蔬食go健康 493 泰式槟宁咖喱凉面	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-14年第4季 雅各布书 13	安息日学-14年第4季 雅各布书 11	安息日学-14年第4季 雅各布书 12	12:00	21:00
04:30	23:30	永远的福音	预备收割	祷告、医治与复原	12:30	21:30
05:00	00:00	基督徒家庭 33	基督徒家庭 34	基督徒家庭 32	13:00	22:00
05:30	00:30	预言的地标 邪灵陷阱 9	预言的地标 安息之工 7	预言的地标 迷羊之返 8	13:30	22:30
06:00	01:00				14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 507-508	要健康就运动 509-510	要健康就运动 511-512	14:30	23:30
07:00	02:00	心灵Brunch 43 栽种公义才能收割慈爱	心灵Brunch 44 被火焚烧的圣经	心灵Brunch 45 观念对了获得健康好轻松	15:00	00:00
07:30	02:30	颂赞主恩 20	颂赞主恩 21	丰富人生 95 疗愈人心的画	15:30	00:30
08:00	03:00	安格 释经学 30 灵意、预表解经的正误	安格 释经学 28 比喻解经法	安格 释经学 29 科学问题在解经中	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 509-510	要健康就运动 511-512	要健康就运动 507-508	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 492 红豆凉糕	蔬食go健康 493 泰式槟宁咖喱凉面	蔬食go健康 494 蜀香干锅花椰菜	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-14年第4季 雅各布书 11	安息日学-14年第4季 雅各布书 12	安息日学-14年第4季 雅各布书 13	18:00	03:00
10:30	05:30	预备收割	祷告、医治与复原	永远的福音	18:30	03:30
11:00	06:00	心灵Brunch 44	心灵Brunch 45	心灵Brunch 43	19:00	04:00
11:30	06:30	基督徒家庭 34	基督徒家庭 32	基督徒家庭 33	19:30	04:30
12:00	07:00	安格 释经学 28 比喻解经法	安格 释经学 29 科学问题在解经中	安格 释经学 30 灵意、预表解经的正误	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 511-512	要健康就运动 507-508	要健康就运动 509-510	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 493	蔬食go健康 494	蔬食go健康 492	21:30	06:30
14:00	09:00	预言的地标 安息之工 7	预言的地标 迷羊之返 8	预言的地标 邪灵陷阱 9	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	颂赞主恩 21	颂赞主恩 20	丰富人生 95 疗愈人心的画	23:00	08:00
15:30	10:30	心灵Brunch 45 观念对了获得健康好轻松	心灵Brunch 43 栽种公义才能收割慈爱	心灵Brunch 44 被火焚烧的圣经	23:30	08:30

格林威治	美东	9月10日	9月11日	9月12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 717 施洗约翰的见证： 找到你人生的使命	真道时刻 718 圣灵引导的人生旅程	安息日学-25年第3季 出埃及记 背道与代求 11	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	脚前的路上的光 216 确凿的事实与持续的进程	脚前的路上的光 218 「既已.....将来更要.....」	脚前的路上的光 219 每天最重要的习惯	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 158 女超人 - 与盖瑞肯特和尚蒂费尔德汉的惊奇之朝	好得无比的旅程 160 但以理书 第2章：尼布甲尼撒王的梦	好得无比的旅程 161 拉弗蒂家族的澳纽军团传承	01:30	10:30
18:00	13:00	永远的福音 20 相守终身(下)	永远的福音 21 辨别力	永远的福音 22 舍己	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	经声今示 24 音乐与崇拜的新方式 1	经声今示 25 音乐与崇拜的新方式 2	经声今示 26 音乐与崇拜的新方式 3	03:00	12:00
19:30	14:30	耶稣101 被拣选 20 -有目的使命的女人	耶稣101 被拣选 21- 一位很有需要的妇人	耶稣101 被拣选 22- 一位错愕的妇人	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 637 ADHD教养	健康新知 638 泌尿道感染	健康新知 639 挥别尿失禁	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 160 但以理书 第2章：尼布甲尼撒王的梦	好得无比的旅程 161 拉弗蒂家族的澳纽军团传承	好得无比的旅程 158 女超人 - 与盖瑞肯特和尚蒂费尔德汉的惊奇之朝	04:30	13:30
21:00	16:00	古经今谈 16 The Problem With Fixing Things Yourself...	古经今谈 17 An Incredible Promise!	古经今谈 18 Bargaining For People	05:00	14:00
21:30	16:30	耶稣101 被拣选 21- 一位很有需要的妇人	耶稣101 被拣选 22- 一位错愕的妇人	耶稣101 被拣选 20 有目的使命的女人	05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 718 圣灵引导的人生旅程	真道时刻 717 施洗约翰的见证： 找到你人生的使命	安息日学-25年第3季 出埃及记 背道与代求 11	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	脚前的路上的光 218 「既已.....将来更要.....」	脚前的路上的光 219 每天最重要的习惯	脚前的路上的光 216 确凿的事实与持续的进程	07:00	16:00
23:30	18:30	圣经人物与你 17 挪亚:第一个造船的人	圣经人物与你 18 敢于反叛者:宁录	圣经人物与你 19 崇高的:埃布尔兰	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 161 拉弗蒂家族的澳纽军团传承	好得无比的旅程 158 女超人 - 与盖瑞肯特和尚蒂费尔德汉的惊奇之朝	好得无比的旅程 160 但以理书 第2章：尼布甲尼撒王的梦	08:00	17:00
00:30	19:30	永远的福音 21 辨别力	永远的福音 22 舍己	永远的福音 20 相守终身(下)	08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	脚前的路上的光 219 每天最重要的习惯	脚前的路上的光 216 确凿的事实与持续的进程	脚前的路上的光 218 「既已.....将来更要.....」	09:30	18:30
02:00	21:00	古经今谈 17 An Incredible Promise!	古经今谈 18 Bargaining For People	古经今谈 16 The Problem With Fixing Things Yourself...	10:00	19:00
02:30	21:30	圣经人物与你 17 敢于反叛者:宁录	圣经人物与你 18 崇高的:埃布尔兰	圣经人物与你 19 挪亚:第一个造船的人	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 638 泌尿道感染	健康新知 639 挥别尿失禁	健康新知 637 ADHD教养	11:00	20:00
03:30	22:30	经声今示 25 音乐与崇拜的新方式 2	经声今示 26 音乐与崇拜的新方式 3	经声今示 24 音乐与崇拜的新方式 1	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 717 施洗约翰的见证： 找到你人生的使命	真道时刻 718 圣灵引导的人生旅程	安息日学-25年第3季 出埃及记 背道与代求 11	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	古经今谈 16	古经今谈 17	古经今谈 18	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 158 女超人 - 与盖瑞肯特和尚蒂费尔德汉的惊奇之朝	好得无比的旅程 160 但以理书 第2章：尼布甲尼撒王的梦	好得无比的旅程 161 拉弗蒂家族的澳纽军团传承	13:30	22:30
06:00	01:00	脚前的路上的光 216 确凿的事实与持续的进程	脚前的路上的光 218 「既已.....将来更要.....」	脚前的路上的光 219 每天最重要的习惯	14:00	23:00
06:30	01:30	耶稣101 被拣选 22- 一位错愕的妇人	耶稣101 被拣选 20 有目的使命的女人	耶稣101 被拣选 21- 一位很有需要的妇人	14:30	23:30
07:00	02:00	真道时刻 718 圣灵引导的人生旅程	安息日学-25年第3季 出埃及记 背道与代求 11	真道时刻 717 施洗约翰的见证： 找到你人生的使命	15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	永远的福音 22 舍己	永远的福音 20 相守终身(下)	永远的福音 21 辨别力	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 639 挥别尿失禁	健康新知 637 ADHD教养	健康新知 638 泌尿道感染	17:00	02:00
09:30	04:30	圣经人物与你 19 崇高的:埃布尔兰	圣经人物与你 17 挪亚:第一个造船的人	圣经人物与你 18 敢于反叛者:宁录	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 160 但以理书 第2章：尼布甲尼撒王的梦	好得无比的旅程 161 拉弗蒂家族的澳纽军团传承	好得无比的旅程 158 女超人 - 与盖瑞肯特和尚蒂费尔德汉的惊奇之朝	18:00	03:00
10:30	05:30	经声今示 26	经声今示 24	经声今示 25	18:30	03:30
11:00	06:00	真道时刻 717	真道时刻 718	安息日学-25年第3季	19:00	04:00
11:30	06:30	施洗约翰的见证： 找到你人生的使命	圣灵引导的人生旅程	出埃及记	19:30	04:30
12:00	07:00	古经今谈 16	古经今谈 17	古经今谈 18	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 637 ADHD教养	健康新知 638 泌尿道感染	健康新知 639 挥别尿失禁	20:30	05:30
13:00	08:00	永远的福音 20 相守终身(下)	永远的福音 21 辨别力	永远的福音 22 舍己	21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	经声今示 24 音乐与崇拜的新方式 1	经声今示 25 音乐与崇拜的新方式 2	经声今示 26 音乐与崇拜的新方式 3	22:00	07:00
14:30	09:30	耶稣101	耶稣101	耶稣101	22:30	07:30
15:00	10:00	脚前的路上的光 218 「既已.....将来更要.....」	脚前的路上的光 219 每天最重要的习惯	脚前的路上的光 216 确凿的事实与持续的进程	23:00	08:00
15:30	10:30	古经今谈 17 An Incredible Promise!	古经今谈 18 Bargaining For People	古经今谈 16 The Problem With Fixing Things Yourself...	23:30	08:30

格林威治	美东	9月13日	9月14日	9月15日	时间	美西
GMT	EST	星期六	星期日	星期一	Beijing	PST
16:00	11:00	健康新知 1016 肠胃型感冒	安息日学-15年第1季 箴言 1 智慧的呼唤	安息日学-15年第1季 箴言 2 从耳朵到脚	00:00	09:00
16:30	11:30	亲近上帝 抗拒圣灵 8	要健康就运动 513-514	要健康就运动 515-516	00:30	09:30
17:00	12:00		素食go健康 495 芙蓉菌菇翠玉卷	素食go健康 496 芙蓉菌菇翠玉卷	01:00	10:00
17:30	12:30	安息日学-25年第3季 出埃及记 背道与代求 11	心灵Brunch 46 超乎想象的爱	心灵Brunch 49 协力完成使命	01:30	10:30
18:00	13:00		颂赞主恩 22	颂赞主恩 23	02:00	11:00
18:30	13:30	传承13	预言的地标 毁灭之火 10	预言的地标 洁净圣所 11	02:30	11:30
19:00	14:00	受感之笔 25	宗教比较学 1 五教源起_孔教	宗教比较学 2 五教源起_佛教	03:00	12:00
19:30	14:30	安格 启示录 7			03:30	12:30
20:00	15:00	安息日学-25年第3季 出埃及记 背道与代求 11	要健康就运动 515-516	要健康就运动 517-518	04:00	13:00
20:30	15:30		基督徒家庭 35	基督徒家庭 36	04:30	13:30
21:00	16:00	语取请求 7 再谈时间	安息日学-15年第1季 箴言 2 从耳朵到脚	安息日学-15年第1季 箴言 3 生死攸关	05:00	14:00
21:30	16:30	传承13	素食go健康 496 芙蓉菌菇翠玉卷	素食go健康 497 蘑菇上海菜饭	05:30	14:30
22:00	17:00	受感之笔 25	心灵Brunch 49 协力完成使命	心灵Brunch 50 生命中的一根刺	06:00	15:00
23:00	18:00	健康新知 1016 肠胃型感冒	预言的地标 洁净圣所 11	预言的地标 至尊之国 12	06:30	15:30
23:30	18:30	圣工消息 2025第二季第1集(中) 2025第二季第1集(粵)	颂赞主恩 23	颂赞主恩 22	07:00	16:00
00:00	19:00	语取请求 7 再谈时间	宗教比较学 2 五教源起_佛教	宗教比较学 3 五教源起_道教	07:30	16:30
00:30	19:30	安息日学-25年第3季 出埃及记 背道与代求 11	心灵Brunch 50 生命中的一根刺	心灵Brunch 40 生命中的一根刺	08:00	17:00
01:00	20:00	亲近上帝 抗拒圣灵 8	要健康就运动 517-518	要健康就运动 513-514	08:30	17:30
01:30	20:30		素食go健康 497 蘑菇上海菜饭	素食go健康 495 芙蓉菌菇翠玉卷	09:00	18:00
02:00	21:00	语取请求 7 再谈时间	安息日学-15年第1季 箴言 3 生死攸关	安息日学-15年第1季 箴言 1 智慧的呼唤	09:30	18:30
02:30	21:30	健康新知 1016	基督徒家庭 36	基督徒家庭 37	10:00	19:00
03:00	22:00	安息日学-25年第3季 出埃及记 背道与代求 11	预言的地标 至尊之国 12	预言的地标 毁灭之火 10	10:30	19:30
03:30	22:30	语取请求 7 再谈时间	要健康就运动 513-514	要健康就运动 515-516	11:00	20:00
04:00	23:00	安格 启示录 7	心灵Brunch 46 超乎想象的爱	心灵Brunch 49 协力完成使命	11:30	20:30
04:30	23:30	传承13	颂赞主恩 22	颂赞主恩 23	12:00	21:00
05:00	00:00	安息日学-25年第3季 出埃及记 背道与代求 11	宗教比较学 3 五教源起_道教	宗教比较学 1 五教源起_孔教	12:30	21:30
05:30	00:30	圣工消息 2025第二季第1集(中) 2025第二季第1集(粵)	要健康就运动 515-516	要健康就运动 517-518	13:00	22:00
06:00	01:00	健康新知 1016	素食go健康 495 芙蓉菌菇翠玉卷	素食go健康 496 芙蓉菌菇翠玉卷	13:30	22:30
06:30	01:30	语取请求 7 再谈时间	安息日学-15年第1季 箴言 1 智慧的呼唤	安息日学-15年第1季 箴言 2 从耳朵到脚	14:00	23:00
07:00	02:00	安息日学-25年第3季 出埃及记 背道与代求 11	基督徒家庭 36	基督徒家庭 35	14:30	23:30
07:30	02:30	安格 启示录 7	预言的地标 至尊之国 12	预言的地标 毁灭之火 10	15:00	00:00
08:00	03:00	传承13	要健康就运动 513-514	要健康就运动 515-516	15:30	00:30
08:30	03:30	安息日学-25年第3季 出埃及记 背道与代求 11	心灵Brunch 46 超乎想象的爱	心灵Brunch 49 协力完成使命	16:00	01:00
09:00	04:00	圣工消息 2025第二季第1集(中) 2025第二季第1集(粵)	颂赞主恩 22	颂赞主恩 23	16:30	01:30
09:30	04:30	健康新知 1016	宗教比较学 3 五教源起_道教	宗教比较学 1 五教源起_孔教	17:00	02:00
10:00	05:00	语取请求 7 再谈时间	要健康就运动 515-516	要健康就运动 517-518	17:30	02:30
10:30	05:30	传承13	素食go健康 495 芙蓉菌菇翠玉卷	素食go健康 496 芙蓉菌菇翠玉卷	18:00	03:00
11:00	06:00	安息日学-25年第3季 出埃及记 背道与代求 11	安息日学-15年第1季 箴言 1 智慧的呼唤	安息日学-15年第1季 箴言 2 从耳朵到脚	18:30	03:30
11:30	06:30	安格 启示录 7	心灵Brunch 49 协力完成使命	心灵Brunch 50 生命中的一根刺	19:00	04:00
12:00	07:00	受感之笔 25	基督徒家庭 37	基督徒家庭 35	19:30	04:30
12:30	07:30	亲近上帝 抗拒圣灵 8	宗教比较学 1 五教源起_孔教	宗教比较学 2 五教源起_佛教	20:00	05:00
13:00	08:00		要健康就运动 517-518	要健康就运动 513-514	20:30	05:30
13:30	08:30	安息日学-25年第3季 出埃及记 背道与代求 11	素食go健康 496	素食go健康 497	21:00	06:00
14:00	09:00	圣工消息 2025第二季第1集(中) 2025第二季第1集(粵)	预言的地标 毁灭之火 10	预言的地标 洁净圣所 11	21:30	06:30
14:30	09:30	健康新知 1016	颂赞主恩 23	颂赞主恩 22	22:00	07:00
15:00	10:00	语取请求 7 再谈时间	要健康就运动 513-514	要健康就运动 515-516	22:30	07:30
15:30	10:30	健康新知 1016 肠胃型感冒	心灵Brunch 50 生命中的一根刺	心灵Brunch 46 超乎想象的爱	23:00	08:00

格林威治	美东	9月16日	9月17日	9月18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-15年第1季 箴言 3 生死攸关	真道时刻 719 天选之人	真道时刻 721 饶恕的真理	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 517-518	脚前的灯路上的光 223 受洗、死亡、生命	脚前的灯路上的光 224 连接基督的身子	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 497 覃菇上海菜饭	好得无比的旅程 163 五次船难与一位母亲的爱	好得无比的旅程 164 成功人生的关键：智商 vs 情商	01:30	10:30
18:00	13:00	心灵Brunch 50 生命中的一规划 丰富人生 96 咖啡人生	永远的福音 23 基督复临安息日会真相与谣传	永远的福音 24 呼召工人	02:00	11:00
18:30	13:30	02:30			11:30	
19:00	14:00	预言的地标 至尊之国 12	经声今示 27 音乐与崇拜的新方式 4	经声今示 28 音乐与崇拜的新方式 5	03:00	12:00
19:30	14:30		耶稣101 被拣选 23- 哀悼的妇人	耶稣101 被拣选 24- 一个被边缘化的女人	03:30	12:30
20:00	15:00	宗教比较学 3 五教源起_道教	健康新知 640 口齿清新	健康新知 641 洁牙防失智	04:00	13:00
20:30	15:30		好得无比的旅程 164 成功人生的关键：智商 vs 情商	好得无比的旅程 165 怜悯人的有福了：战斗机飞行员 ~八福系列	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 513-514	古经今谈 19 The Greatest Sacrifice 耶稣101 被拣选 24- 一个被边缘化的女人	古经今谈 20 How To Find A Wife? 耶稣101 宣扬耶稣 25- 耶稣的保证	05:00	14:00
21:30	16:30	基督徒家庭 37	05:30	14:30		
22:00	17:00	安息日学-15年第1季 箴言 1 智慧的呼唤	真道时刻 721 饶恕的真理	真道时刻 719 天选之人	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 495 芙蓉菌菇翠玉卷	脚前的灯路上的光 224 连接基督的身子	脚前的灯路上的光 225 脱胎换骨	07:00	16:00
23:30	18:30	心灵Brunch 46 超乎想象的爱	圣经人物与你 20 信心之父:亚伯拉罕	圣经人物与你 21 死里逃生的:罗得	07:30	16:30
00:00	19:00	预言的地标 毁灭之火 10	好得无比的旅程 165 怜悯人的有福了：战斗机飞行员 ~八福系列	好得无比的旅程 163 五次船难与一位母亲的爱	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	丰富人生 96 咖啡人生	永远的福音 24 呼召工人	永远的福音 25 开家门请基督进来	09:00	18:00
01:30	20:30	宗教比较学 1 五教源起_孔教	脚前的灯路上的光 225 脱胎换骨	脚前的灯路上的光 223 受洗、死亡、生命	09:30	18:30
02:00	21:00	古经今谈 20 How To Find A Wife? 圣经人物与你 21	古经今谈 21 Story About Soup!	古经今谈 22 圣经人物与你 22	10:00	19:00
02:30	21:30	心灵Brunch 49 生命的规划	圣经人物与你 21	圣经人物与你 22	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 515-516	健康新知 641 洁牙防失智	健康新知 642 健康视界	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 496 芙蓉菌菇翠玉卷	经声今示 28 音乐与崇拜的新方式 5	经声今示 29 音乐与崇拜的新方式 6	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-15年第1季 箴言 2 从耳朵到脚	真道时刻 719 天选之人	真道时刻 721 饶恕的真理	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	基督徒家庭 35	口齿清新 19	口齿清新 19	13:00	22:00
05:30	00:30	预言的地标 洁净圣所 11	好得无比的旅程 163 五次船难与一位母亲的爱	好得无比的旅程 164 成功人生的关键：智商 vs 情商	13:30	22:30
06:00	01:00				脚前的灯路上的光 223 受洗、死亡、生命	脚前的灯路上的光 224 连接基督的身子
06:30	01:30	要健康就运动 517-518	耶稣101 宣扬耶稣 25- 耶稣的保证	耶稣101 被拣选 23- 哀悼的妇人	14:30	23:30
07:00	02:00	心灵Brunch 50 生命中的一规划 丰富人生 96 咖啡人生	真道时刻 721 饶恕的真理	安息日学-25年第3季 出埃及记 「求你显出你的荣耀给我看」 12	15:00	00:00
07:30	02:30	05:30			00:30	
08:00	03:00	宗教比较学 2 五教源起_佛教	永远的福音 25 开家门请基督进来	永远的福音 23 基督复临安息日会真相与谣传	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 513-514	健康新知 642 健康视界	健康新知 640 口齿清新	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 497 覃菇上海菜饭	圣经人物与你 22 优美安静的:文萨克	圣经人物与你 20 信心之父:亚伯拉罕	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-15年第1季 箴言 3 生死攸关	好得无比的旅程 164 成功人生的关键：智商 vs 情商	好得无比的旅程 165 怜悯人的有福了：战斗机飞行员 ~八福系列	18:00	03:00
10:30	05:30				18:30	03:30
11:00	06:00	心灵Brunch 40 生命的规划	经声今示 29 真道时刻 719 天选之人	经声今示 27 真道时刻 721 饶恕的真理	19:00	04:00
11:30	06:30	基督徒家庭 36	天选之人	饶恕的真理	19:30	04:30
12:00	07:00	宗教比较学 3 五教源起_道教	古经今谈 19 健康新知 640 口齿清新	古经今谈 20 健康新知 641 洁牙防失智	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 515-516	永远的福音 23 基督复临安息日会真相与谣传	永远的福音 24 呼召工人	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 495	02:30	06:30		
14:00	09:00	预言的地标 至尊之国 12	经声今示 27 音乐与崇拜的新方式 4	经声今示 28 音乐与崇拜的新方式 5	22:00	07:00
14:30	09:30		耶稣101	耶稣101	22:30	07:30
15:00	10:00	丰富人生 96 咖啡人生	脚前的灯路上的光 224 连接基督的身子	脚前的灯路上的光 225 脱胎换骨	23:00	08:00
15:30	10:30	心灵Brunch 49 协力完成使命	古经今谈 20 How To Find A Wife?	古经今谈 21 Story About Soup!	23:30	08:30

格林威治	美东	9月19日	9月20日	9月21日	时间	美西
GMT	EST	星期五	星期六	星期日	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日学-25年第3季 出埃及记 「求你显出你的荣耀给我看」 12	健康新知 1017 减重免开刀	安息日学-15年第1季 箴言 4 上帝的智慧	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	脚前的灯路上的光 225 脱胎换骨	亲近上帝 穷人的呼求 9	要健康就运动 519-520	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 165 怜悯人的有福了：战斗机飞行员 -八福系列		蔬食go健康 498 南洋咖喱椰汁豆腐	01:30	10:30
18:00	13:00	永远的福音 25 开家门请基督进来	安息日学-25年第3季 出埃及记 「求你显出你的荣耀给我看」 12	心灵Brunch 53 最美的祭物	02:00	11:00
18:30	13:30			颂赞主恩 24	02:30	11:30
19:00	14:00	经声今示 29 音乐与崇拜的新方式 6	传承14	预言的地标 河畔新生 13	03:00	12:00
19:30	14:30	耶稣101 宣扬耶稣 25- 耶稣的保证	受感之笔 26		03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 642 健康视界	安格 启示录 8	宗教比较学 4 五教源起_回教	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 163 五次船难与一位母亲的爱			04:30	13:30
21:00	16:00	古经今谈 21 Story About Soup! 耶稣101	安息日学-25年第3季 出埃及记 「求你显出你的荣耀给我看」 12	要健康就运动 521-522	05:00	14:00
21:30	16:30	被拣选 23- 灵魂的印记		基督徒家庭 38	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-25年第3季 出埃及记 「求你显出你的荣耀给我看」 12	语取语求 8 立约	安息日学-15年第1季 箴言 5 义人的福气	06:00	15:00
22:30	17:30		传承14		06:30	15:30
23:00	18:00	脚前的灯路上的光 223 受洗、死亡、生命	受感之笔 26	蔬食go健康 499 泰式明虾青木瓜丝	07:00	16:00
23:30	18:30	圣经人物与你 22 优美安静的:艾萨克	健康新知 1017 减重免开刀	心灵Brunch 54 饶恕	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 164 成功人生的关键:智商 vs 情商	圣工消息 2025第二季第2集(中) 2025第二季第2集(粵)	预言的地标 河畔新生 13	08:00	17:00
00:30	19:30	永远的福音 23 基督复临安息日会真相与谣传	语取语求 8 立约		08:30	17:30
01:00	20:00	脚前的灯路上的光 224 连接基督的身子	安息日学-25年第3季 出埃及记 「求你显出你的荣耀给我看」 12	颂赞主恩 25	09:00	18:00
01:30	20:30	古经今谈 19 The Greatest Sacrifice		宗教比较学 5 五教源起_基督教1	09:30	18:30
02:00	21:00	圣经人物与你 20 信心之父:亚伯拉罕	亲近上帝 穷人的呼求 9	心灵Brunch 55 我的女儿	10:00	19:00
02:30	21:30	健康新知 640 口齿清新		要健康就运动 523-524	10:30	19:30
03:00	22:00	经声今示 27 音乐与崇拜的新方式 4	圣工消息 2025第二季第2集(中) 2025第二季第2集(粵)		11:00	20:00
03:30	22:30	安息日学-25年第3季 出埃及记 「求你显出你的荣耀给我看」 12	语取语求 8 立约	蔬食go健康 500 茄子豆腐麻辣烫 安息日学-15年第1季 箴言 6	11:30	20:30
04:00	23:00			眼见不一定为实 基督徒家庭 39	12:00	21:00
04:30	23:30	古经今谈 20 好得无比的旅程 165 怜悯人的有福了：战斗机飞行员 -八福系列	健康新知 1017		12:30	21:30
05:00	00:00		安息日学-25年第3季 出埃及记 「求你显出你的荣耀给我看」 12		13:00	22:00
05:30	00:30			预言的地标 河畔新生 13	13:30	22:30
06:00	01:00	脚前的灯路上的光 225 脱胎换骨	语取语求 8 立约		14:00	23:00
06:30	01:30	耶稣101 被拣选 24- 全族得生的信心	安格 启示录 8	要健康就运动 519-520	14:30	23:30
07:00	02:00	真道时刻 719 天选之人	传承14	心灵Brunch 53 最美的祭物	15:00	00:00
07:30	02:30			颂赞主恩 24	15:30	00:30
08:00	03:00	永远的福音 24 呼召工人	安息日学-25年第3季 出埃及记 「求你显出你的荣耀给我看」 12	宗教比较学 6 五教源起_基督教2	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 641 洁牙防失智	2025第二季第2集(中) 2025第二季第2集(粵)	要健康就运动 521-522	17:00	02:00
09:30	04:30	圣经人物与你 21 死里逃生的:罗得	健康新知 1017 减重免开刀	蔬食go健康 498 南洋咖喱椰汁豆腐	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 163 五次船难与一位母亲的爱	语取语求 8 立约	安息日学-15年第1季 箴言 4 上帝的智慧	18:00	03:00
10:30	05:30	经声今示 28	传承14	心灵Brunch 54	18:30	03:30
11:00	06:00	安息日学-25年第3季 出埃及记	安格 启示录 8	基督徒家庭 40	19:00	04:00
11:30	06:30	古经今谈 21	受感之笔 26	宗教比较学 4 五教源起_回教	19:30	04:30
12:00	07:00	健康新知 642 健康视界	亲近上帝 穷人的呼求 9	要健康就运动 523-524 蔬食go健康 499	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	永远的福音 25 开家门请基督进来			21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	经声今示 29 音乐与崇拜的新方式 6	安息日学-25年第3季 出埃及记 「求你显出你的荣耀给我看」 12	预言的地标 河畔新生 13	22:00	07:00
14:30	09:30	耶稣101			22:30	07:30
15:00	10:00	脚前的灯路上的光 223 受洗、死亡、生命	圣工消息 2025第二季第2集(中) 2025第二季第2集(粵)	颂赞主恩 25	23:00	08:00
15:30	10:30	古经今谈 19 The Greatest Sacrifice	健康新知 1017 减重免开刀	心灵Brunch 55 我的女儿	23:30	08:30

格林威治	美东	9月22日	9月23日	9月24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-15年第1季 箴言 5 义人的福气	安息日学-15年第1季 箴言 6 眼见不一定为实	真道时刻 722 饶恕完整的画面	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 521-522	要健康就运动 523-524	脚前的灯路上的光 226 基督的心	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 499 泰式明虾青木瓜丝	蔬食go健康 500 茄子豆腐麻辣烫	好得无比的旅程 166 约翰威克里夫：宗教改革的晨星	01:30	10:30
18:00	13:00	心灵Brunch 54 饶恕	心灵Brunch 55 我的女儿	永远的福音 26 你们要圣洁	02:00	11:00
18:30	13:30	颂赞主恩 25	丰富人生 100 声音工程师		02:30	11:30
19:00	14:00	安格 心理学导论 1 心理学导论1	安格 心理学导论 2 心理学导论2	经声今示 30 音乐与崇拜的新方式 7	03:00	12:00
19:30	14:30			耶稣101 宣扬耶稣 26- 圣灵的能力	03:30	12:30
20:00	15:00	宗教比较学 5 五教源起_基督教1	宗教比较学 6 五教源起_基督教2	健康新知 643 恼人的干眼症	04:00	13:00
20:30	15:30			好得无比的旅程 167 遭毒杀的俄罗斯间谍	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 523-524	要健康就运动 519-520	古经今谈 22 Stealing the Inheritance	05:00	14:00
21:30	16:30	基督徒家庭 39	基督徒家庭 40	耶稣101 宣扬耶稣 27- 耶稣的名	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-15年第1季 箴言 6 眼见不一定为实	安息日学-15年第1季 箴言 4 上帝的智慧	真道时刻 723 圣所中的献祭	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 500 茄子豆腐麻辣烫	蔬食go健康 498 南洋咖喱椰汁豆腐	脚前的灯路上的光 228 在耶稣里有你需要的一切	07:00	16:00
23:30	18:30	心灵Brunch 55 我的女儿	心灵Brunch 53 最美的祭物	圣经人物与你 23 贪恋世俗的:以扫	07:30	16:30
00:00	19:00	安格 心理学导论 2 心理学导论2	安格 心理学导论 1 心理学导论1	好得无比的旅程 168 布罗肯希尔袭击事件	08:00	17:00
00:30	19:30			永远的福音 27 牺牲之美	08:30	17:30
01:00	20:00	颂赞主恩 24	丰富人生 100 声音工程师	脚前的灯路上的光 229 借着降服得胜	09:00	18:00
01:30	20:30	宗教比较学 6 五教源起_基督教2	宗教比较学 4 五教源起_回教		09:30	18:30
02:00	21:00	心灵Brunch 55 我的女儿	心灵Brunch 54 我的女儿	古经今谈 23 Stairway to Heaven!	10:00	19:00
02:30	21:30	要健康就运动 519-520	要健康就运动 521-522	圣经人物与你 25 贪恋世俗的:以扫	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 519-520	要健康就运动 521-522	健康新知 645 口腔白斑	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 498 南洋咖喱椰汁豆腐	蔬食go健康 499 泰式明虾青木瓜丝	经声今示 31 音乐与崇拜的新方式8	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-15年第1季 箴言 4 上帝的智慧	安息日学-15年第1季 箴言 5 义人的福气	真道时刻 722 饶恕完整的画面	12:00	21:00
04:30	23:30	基督徒家庭 40	基督徒家庭 38		古经今谈 24 Stairway to Heaven!	12:30
05:00	00:00	安格 心理学导论 1 心理学导论1	安格 心理学导论 2 心理学导论2	好得无比的旅程 166 约翰威克里夫：宗教改革的晨星	13:00	22:00
05:30	00:30			脚前的灯路上的光 226 基督的心	13:30	22:30
06:00	01:00	要健康就运动 521-522	要健康就运动 523-524	耶稣101 宣扬耶稣 28- 耶稣的福音	14:00	23:00
06:30	01:30	心灵Brunch 54 饶恕	心灵Brunch 55 我的女儿	真道时刻 723 圣所中的献祭	14:30	23:30
07:00	02:00	颂赞主恩 25	丰富人生 100 声音工程师		15:00	00:00
07:30	02:30	宗教比较学 4 五教源起_回教	宗教比较学 5 五教源起_基督教1	永远的福音 28 伯大尼的名宴	15:30	00:30
08:00	03:00	要健康就运动 523-524	要健康就运动 519-520		16:00	01:00
08:30	03:30	要健康就运动 523-524	要健康就运动 519-520	健康新知 646 浅谈静脉曲张	16:30	01:30
09:00	04:00	蔬食go健康 499 泰式明虾青木瓜丝	蔬食go健康 500 茄子豆腐麻辣烫	圣经人物与你 23 贪恋世俗的:以扫	17:00	02:00
09:30	04:30	安息日学-15年第1季 箴言 5 义人的福气	安息日学-15年第1季 箴言 6 眼见不一定为实	好得无比的旅程 167 遭毒杀的俄罗斯间谍	17:30	02:30
10:00	05:00	心灵Brunch 55 我的女儿	心灵Brunch 53 最美的祭物	经声今示 32 真道时刻 722	18:00	03:00
10:30	05:30	基督徒家庭 38	基督徒家庭 39	饶恕完整的画面	18:30	03:30
11:00	06:00	宗教比较学 5 五教源起_基督教1	宗教比较学 6 五教源起_基督教2	古经今谈 22 Stairway to Heaven!	19:00	04:00
11:30	06:30	要健康就运动 519-520	要健康就运动 521-522	健康新知 643 恼人的干眼症	19:30	04:30
12:00	07:00	蔬食go健康 500	蔬食go健康 498	永远的福音 26 你们要圣洁	20:00	05:00
12:30	07:30	安格 心理学导论 2 心理学导论2	安格 心理学导论 1 心理学导论1	经声今示 30 音乐与崇拜的新方式 7	20:30	05:30
13:00	08:00	颂赞主恩 24	丰富人生 100 声音工程师	耶稣101	21:00	06:00
13:30	08:30			脚前的灯路上的光 228 在耶稣里有你需要的一切	21:30	06:30
14:00	09:00	心灵Brunch 53 最美的祭物	心灵Brunch 54 饶恕	古经今谈 23 Stairway to Heaven!	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00				23:00	08:00
15:30	10:30				23:30	08:30

格林威治	美东	9月25日	9月26日	9月27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 723 圣所中的献祭	安息日学-25年第3季 出埃及记 会幕 13	健康新知 1018 伤口照护新知	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	脚前的灯路上的光 228 在耶稣里有所需要的一切	脚前的灯路上的光 229 借着降服得胜	亲近上帝 十字架上的应许 10	01:00	10:00
17:30	12:30				01:30	10:30
18:00	13:00	永远的福音 27 牺牲之美	永远的福音 28 伯大尼的名宴	安息日学-25年第3季 出埃及记 会幕 13	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	经声今示 31 音乐与崇拜的新方式8	经声今示 32 婚姻的新制度1	传承15	03:00	12:00
19:30	14:30	耶稣101 宣扬耶稣 27- 耶稣的名	耶稣101 宣扬耶稣 28- 扣人心弦的故事	受感之笔 27	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 645 口腔白斑	健康新知 646 浅谈静脉曲张	安格 启示录 9	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 168 布罗肯希尔袭击事件	好得无比的旅程 166 约翰威克里夫：宗教改革的晨星		04:30	13:30
21:00	16:00	古经今谈 23 Stairway to Heaven! 耶稣101	古经今谈 24 Switching the Bride! 耶稣101	安息日学-25年第3季 出埃及记 会幕 13	05:00	14:00
21:30	16:30	宣扬耶稣 28- 扣人心弦的故事	宣扬耶稣 26- 扣人心弦的故事		05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 722 饶恕完整的画面	安息日学-25年第3季 出埃及记 会幕 13	语取语求 9 巴别塔与巴比伦	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	脚前的灯路上的光 229 借着降服得胜	脚前的灯路上的光 226 基督的心	受感之笔 27	07:00	16:00
23:30	18:30	中华文化与上帝的话 1 (1)创造	中华文化与上帝的话 2 (2)救赎	健康新知 1018 伤口照护新知	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 166 约翰威克里夫：宗教改革的晨星	好得无比的旅程 167 遭毒杀的俄罗斯间谍	圣工消息 2025第二季第3集(中) 2025第二季第3集(粤)	08:00	17:00
00:30	19:30	永远的福音 28 伯大尼的名宴	永远的福音 26 你们要圣洁	语取语求 9 巴别塔与巴比伦	08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	脚前的灯路上的光 226 基督的心	脚前的灯路上的光 228 在耶稣里有所需要的一切	安息日学-25年第3季 出埃及记 会幕 13	09:30	18:30
02:00	21:00				10:00	19:00
02:30	21:30	古经今谈 24 Switching the Bride! 中华文化与上帝的话 2 (1)创造	古经今谈 22 Stealing the Inheritance 中华文化与上帝的话 1 (1)创造	亲近上帝 十字架上的应许 10	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 646 浅谈静脉曲张	健康新知 643 恼人的干眼症		11:00	20:00
03:30	22:30	经声今示 32 婚姻的新制度1	经声今示 30 音乐与崇拜的新方式 7	圣工消息 2025第二季第3集(中) 2025第二季第3集(粤)	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 723 圣所中的献祭	安息日学-25年第3季 出埃及记 会幕 13	语取语求 9 巴别塔与巴比伦	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	口腔白斑 22	古经今谈 23	健康新知 1018	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 167 遭毒杀的俄罗斯间谍	好得无比的旅程 157 心虚的人有福了_艾琳娜·罗斯福		13:30	22:30
06:00	01:00	脚前的灯路上的光 228 在耶稣里有所需要的一切	脚前的灯路上的光 229 借着降服得胜	语取语求 9 巴别塔与巴比伦	14:00	23:00
06:30	01:30				14:30	23:30
07:00	02:00	安息日学-25年第3季 出埃及记 会幕 13	真道时刻 722 饶恕完整的画面	安格 启示录 9	15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	永远的福音 26 你们要圣洁	永远的福音 27 牺牲之美	安息日学-25年第3季 出埃及记 会幕 13	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 643 恼人的干眼症	健康新知 645 口腔白斑	圣工消息 2025第二季第3集(中) 2025第二季第3集(粤)	17:00	02:00
09:30	04:30	中华文化与上帝的话 1 (1)创造	中华文化与上帝的话 2 (2)救赎	健康新知 1018 伤口照护新知	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 168 布罗肯希尔袭击事件	好得无比的旅程 166 约翰威克里夫：宗教改革的晨星	语取语求 9 巴别塔与巴比伦	18:00	03:00
10:30	05:30	经声今示 30	经声今示 31	传承15	18:30	03:30
11:00	06:00	真道时刻 723	安息日学-25年第3季	安格	19:00	04:00
11:30	06:30	圣所中的献祭	出埃及记	启示录 9	19:30	04:30
12:00	07:00	古经今谈 23	古经今谈 24	受感之笔 27	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 645 口腔白斑	健康新知 646 浅谈静脉曲张	亲近上帝 十字架上的应许 10	20:30	05:30
13:00	08:00	永远的福音 27 牺牲之美	永远的福音 28 伯大尼的名宴		21:00	06:00
13:30	08:30	经声今示 31 音乐与崇拜的新方式8	经声今示 32 婚姻的新制度1	安息日学-25年第3季 出埃及记 会幕 13	21:30	06:30
14:00	09:00				22:00	07:00
14:30	09:30	耶稣101	耶稣101	圣工消息 2025第二季第3集(中) 2025第二季第3集(粤)	22:30	07:30
15:00	10:00	脚前的灯路上的光 229 借着降服得胜	脚前的灯路上的光 226 基督的心		23:00	08:00
15:30	10:30	古经今谈 24 Switching the Bride!	古经今谈 22 Stealing the Inheritance	健康新知 1018 伤口照护新知	23:30	08:30

格林威治	美东	9月28日	9月29日	9月30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-15年第1季 箴言 7	安息日学-15年第1季 箴言 8 智慧的话	安息日学-15年第1季 箴言 9 真实的话	00:00	09:00
16:30	11:30	处理纠纷			00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 525-526	要健康就运动 527-528	要健康就运动 529-530	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 501 日式咖喱炖蔬菜	蔬食go健康 502 蒜炒野菇佐法式面包	蔬食go健康 503 铁观音茶杏鲍菇	01:30	10:30
18:00	13:00	心灵Brunch 56 祷告	心灵Brunch 59 生活的劳苦重担	心灵Brunch 62 迈向成功理财十个定律 丰富人生 101 恩典之路	02:00	11:00
18:30	13:30	颂赞主恩 26	颂赞主恩 27		02:30	11:30
19:00	14:00				03:00	12:00
19:30	14:30	安格 心理学导论 3 心理学导论3	安格 心理学导论 4 心理学导论4	安格 心理学导论 5 心理学导论5	03:30	12:30
20:00	15:00				04:00	13:00
20:30	15:30	宗教比较学 7 五教源起_基督教3	宗教比较学 8 五教缘起-基督教4	宗教比较学 9 五教流变-孔教1	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 527-528	要健康就运动 529-530	要健康就运动 525-526	05:00	14:00
21:30	16:30	基督徒家庭 41	基督徒家庭 42	基督徒家庭 43	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-15年第1季 箴言 8 智慧的话	安息日学-15年第1季 箴言 9 真实的话	安息日学-15年第1季 箴言 7 处理纠纷	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 502 蒜炒野菇佐法式面包	蔬食go健康 503 铁观音茶杏鲍菇	蔬食go健康 501 日式咖喱炖蔬菜	07:00	16:00
23:30	18:30	心灵Brunch 59 生活的劳苦重担	心灵Brunch 62 迈向成功理财十个定律	心灵Brunch 56 祷告	07:30	16:30
00:00	19:00				08:00	17:00
00:30	19:30	安格 心理学导论 4 心理学导论4	安格 心理学导论 5 心理学导论5	安格 心理学导论 3 心理学导论3	08:30	17:30
01:00	20:00	颂赞主恩 27	颂赞主恩 26	丰富人生 101 恩典之路	09:00	18:00
01:30	20:30				09:30	18:30
02:00	21:00	宗教比较学 8 五教缘起-基督教4	宗教比较学 9 五教流变-孔教1	宗教比较学 7 五教源起_基督教3	10:00	19:00
02:30	21:30	心灵Brunch 02	心灵Brunch 06	心灵Brunch 09	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 529-530	要健康就运动 525-526	要健康就运动 527-528	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 503 铁观音茶杏鲍菇	蔬食go健康 501 日式咖喱炖蔬菜	蔬食go健康 502 蒜炒野菇佐法式面包	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-15年第1季 箴言 9 真实的话	安息日学-15年第1季 箴言 7 处理纠纷	安息日学-15年第1季 箴言 8 智慧的话	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	基督徒家庭 42	基督徒家庭 43	基督徒家庭 41	13:00	22:00
05:30	00:30				13:30	22:30
06:00	01:00	安格 心理学导论 5 心理学导论5	安格 心理学导论 3 心理学导论3	安格 心理学导论 4 心理学导论4	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 525-526	要健康就运动 527-528	要健康就运动 529-530	14:30	23:30
07:00	02:00	心灵Brunch 56 祷告	心灵Brunch 59 生活的劳苦重担	心灵Brunch 62 迈向成功理财十个定律 丰富人生 101 恩典之路	15:00	00:00
07:30	02:30	颂赞主恩 26	颂赞主恩 27		15:30	00:30
08:00	03:00	宗教比较学 9 五教流变-孔教1	宗教比较学 7 五教源起_基督教3	宗教比较学 8 五教缘起-基督教4	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 527-528	要健康就运动 529-530	要健康就运动 525-526	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 501 日式咖喱炖蔬菜	蔬食go健康 502 蒜炒野菇佐法式面包	蔬食go健康 503 铁观音茶杏鲍菇	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-15年第1季 箴言 7 处理纠纷	安息日学-15年第1季 箴言 8 智慧的话	安息日学-15年第1季 箴言 9 真实的话	18:00	03:00
10:30	05:30				18:30	03:30
11:00	06:00	心灵Brunch 09	心灵Brunch 02	心灵Brunch 06	19:00	04:00
11:30	06:30	基督徒家庭 43	基督徒家庭 41	基督徒家庭 42	19:30	04:30
12:00	07:00	宗教比较学 7 五教源起_基督教3	宗教比较学 8 五教缘起-基督教4	宗教比较学 9 五教流变-孔教1	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 529-530	要健康就运动 525-526	要健康就运动 527-528	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 502	蔬食go健康 503	蔬食go健康 501	21:30	06:30
14:00	09:00	安格 心理学导论 3 心理学导论3	安格 心理学导论 4 心理学导论4	安格 心理学导论 5 心理学导论5	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	颂赞主恩 27	颂赞主恩 26	丰富人生 101 恩典之路	23:00	08:00
15:30	10:30	心灵Brunch 62 迈向成功理财十个定律	心灵Brunch 56 祷告	心灵Brunch 59 生活的劳苦重担	23:30	08:30

格林威治	美东	10月1日	10月2日	10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 724 该隐和埃布尔的献祭	真道时刻 725 唯一的方法	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 成功的秘诀	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	脚前的灯路上的光 230 属肉体的，还是属灵的？	脚前的灯路上的光 231 新与旧	脚前的灯路上的光 232 魔鬼是上帝造的吗？	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 171 今日仍有奴隶制度吗	好得无比的旅程 173 悉尼罪犯：勇气、韧性、机智的故事	好得无比的旅程 174 内莉·梅尔巴女爵	01:30	10:30
18:00	13:00	永远的福音 29 七阶	永远的福音 30 末日求生	永远的福音 31 当基督徒相信魔鬼	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	经声今示 33 婚姻的新制度2	经声今示 34 婚姻的新制度3	经声今示 35 婚姻的新制度4	03:00	12:00
19:30	14:30	耶稣101 宣扬耶稣 29- 研究预言	耶稣101 宣扬耶稣 30- 上帝的呼召	耶稣101 宣扬耶稣 31 突破	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 647 腹主动脉瘤	健康新知 648 健康从脚开始	健康新知 649 知足常乐	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 173 悉尼罪犯：勇气、韧性、机智的故事	好得无比的旅程 174 内莉·梅尔巴女爵	好得无比的旅程 171 今日仍有奴隶制度吗	04:30	13:30
21:00	16:00	古经今谈 25 The Great Son War	古经今谈 26 Fighting God	古经今谈 27 The Brothers Make Peace	05:00	14:00
21:30	16:30	耶稣101 宣扬耶稣 30- 上帝的呼召	耶稣101 宣扬耶稣 31 突破	耶稣101 宣扬耶稣 29- 研究预言	05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 725 唯一的方法	真道时刻 724 该隐和埃布尔的献祭	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 成功的秘诀	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	脚前的灯路上的光 231 新与旧	脚前的灯路上的光 232 魔鬼是上帝造的吗？	脚前的灯路上的光 230 属肉体的，还是属灵的？	07:00	16:00
23:30	18:30	中华文化与上帝的话 3 (3)今世与永生	中华文化与上帝的话 4 世界历史的结局	中华文化与上帝的话 5 耶稣复临的预兆	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 174 内莉·梅尔巴女爵	好得无比的旅程 171 今日仍有奴隶制度吗	好得无比的旅程 173 悉尼罪犯：勇气、韧性、机智的故事	08:00	17:00
00:30	19:30	永远的福音 30 末日求生	永远的福音 31 当基督徒相信魔鬼	永远的福音 29 七阶	08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	脚前的灯路上的光 232 魔鬼是上帝造的吗？	脚前的灯路上的光 230 属肉体的，还是属灵的？	脚前的灯路上的光 231 新与旧	09:30	18:30
02:00	21:00	古经今谈 26 Fighting God	古经今谈 27 The Brothers Make Peace	古经今谈 25 The Great Son War	10:00	19:00
02:30	21:30	中华文化与上帝的话 4 世界历史的结局	中华文化与上帝的话 5 世界历史的结局	中华文化与上帝的话 3 今世与永生	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 648 健康从脚开始	健康新知 649 知足常乐	健康新知 647 腹主动脉瘤	11:00	20:00
03:30	22:30	经声今示 34 婚姻的新制度3	经声今示 35 婚姻的新制度4	经声今示 33 婚姻的新制度2	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 724 该隐和埃布尔的献祭	真道时刻 725 唯一的方法	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 成功的秘诀	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	古经今谈 27	古经今谈 28	古经今谈 26	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 171 今日仍有奴隶制度吗	好得无比的旅程 173 悉尼罪犯：勇气、韧性、机智的故事	好得无比的旅程 174 内莉·梅尔巴女爵	13:30	22:30
06:00	01:00	脚前的灯路上的光 230 属肉体的，还是属灵的？	脚前的灯路上的光 231 新与旧	脚前的灯路上的光 232 魔鬼是上帝造的吗？	14:00	23:00
06:30	01:30	耶稣101 宣扬耶稣 31 突破	耶稣101 宣扬耶稣 29- 上帝的呼召	耶稣101 宣扬耶稣 30- 上帝的呼召	14:30	23:30
07:00	02:00	真道时刻 725 唯一的方法	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 成功的秘诀	真道时刻 724 该隐和埃布尔的献祭	15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	永远的福音 31 当基督徒相信魔鬼	永远的福音 29 七阶	永远的福音 30 末日求生	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 649 知足常乐	健康新知 647 腹主动脉瘤	健康新知 648 健康从脚开始	17:00	02:00
09:30	04:30	中华文化与上帝的话 5 耶稣复临的预兆	中华文化与上帝的话 3 (3)今世与永生	中华文化与上帝的话 4 世界历史的结局	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 173 悉尼罪犯：勇气、韧性、机智的故事	好得无比的旅程 174 内莉·梅尔巴女爵	好得无比的旅程 171 今日仍有奴隶制度吗	18:00	03:00
10:30	05:30	经声今示 35 真道时刻 724	经声今示 33 真道时刻 725	经声今示 34 安息日学-25年第4季	18:30	03:30
11:00	06:00	该隐和埃布尔的献祭	唯一的方法	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课	19:00	04:00
11:30	06:30				19:30	04:30
12:00	07:00	古经今谈 28	古经今谈 29	古经今谈 27	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 647 腹主动脉瘤	健康新知 648 健康从脚开始	健康新知 649 知足常乐	20:30	05:30
13:00	08:00	永远的福音 29 七阶	永远的福音 30 末日求生	永远的福音 31 当基督徒相信魔鬼	21:00	06:00
13:30	08:30	经声今示 33 婚姻的新制度2	经声今示 34 婚姻的新制度3	经声今示 35 婚姻的新制度4	21:30	06:30
14:00	09:00	耶稣101	耶稣101	耶稣101	22:00	07:00
14:30	09:30	脚前的灯路上的光 231 新与旧	脚前的灯路上的光 232 魔鬼是上帝造的吗？	脚前的灯路上的光 230 属肉体的，还是属灵的？	22:30	07:30
15:00	10:00				23:00	08:00
15:30	10:30	古经今谈 26 Fighting God	古经今谈 27 The Brothers Make Peace	古经今谈 25 The Great Son War	23:30	08:30