

格林威治	美東	1月31日	2月1日	2月2日	時間	美西
GMT	BST	星期六	星期日	星期一	Beijing	PST
16:00	11:00	健康新知 1036 用營養抗發炎減身體的火	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 9 善惡之爭與早期教會	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 10 保羅論善惡之爭	00:00	09:00
16:30	11:30	真道時刻 236 全新的你(七) 暴脾型的保羅			00:30	09:30
17:00	12:00		要健康就運動 857-858	要健康就運動 859-860	01:00	10:00
17:30	12:30	我的阿拉斯加 3	蔬食go健康 641 三杯杏鮑菇	蔬食go健康 642 會牽絲的鮮奶麻糬黑糖姜湯	01:30	10:30
18:00	13:00	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 在夜空中閃耀 5	心靈Brunch 134 翻轉局面的修練	心靈Brunch 135 禱告的經歷	02:00	11:00
18:30	13:30		與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 8 建方舟與進方舟的人	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 9 方舟裡的八口人	02:30	11:30
19:00	14:00	拾級就主 7 基督的標準 (奮鬥徒的考驗)			03:00	12:00
19:30	14:30	動物有約3 不可思議的鯊魚鯨躍	個人佈道法 12 福音禾場遍全地	個人佈道法 13 誰是我們的鄰舍	03:30	12:30
20:00	15:00				04:00	13:00
20:30	15:30	安格 啟示錄 27	牧範學 16 行政管理	牧範學 17 會議功能	04:30	13:30
21:00	16:00	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 在夜空中閃耀 5	要健康就運動 859-860	要健康就運動 861-862	05:00	14:00
21:30	16:30		膝蓋的力量 39	膝蓋的力量 40	05:30	14:30
22:00	17:00	語取語求 27 再談十災	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 10 保羅論善惡之爭	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 11 彼得論善惡之爭	06:00	15:00
22:30	17:30	拾級就主 7 基督的標準 (奮鬥徒的考驗)			06:30	15:30
23:00	18:00	動物有約3 不可思議的鯊魚鯨躍	蔬食go健康 642 會牽絲的鮮奶麻糬黑糖姜湯	蔬食go健康 643 巧克力檸檬馬德魯	07:00	16:00
23:30	18:30	健康新知 1036 用營養抗發炎減身體的火	心靈Brunch 135 禱告的經歷	心靈Brunch 136 上帝的心意-預備	07:30	16:30
00:00	19:00	聖工消息 2012第四季第3集(中) 2012第四季第3集(粵)			08:00	17:00
00:30	19:30	語取語求 27 再談十災	個人佈道法 13 誰是我們的鄰舍	個人佈道法 14 個人佈道與教會	08:30	17:30
01:00	20:00	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 在夜空中閃耀 5	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 9 方舟裡的八口人	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 8 建方舟與進方舟的人	09:00	18:00
01:30	20:30		牧範學 17 會議功能	牧範學 18 辦好會議	09:30	18:30
02:00	21:00	真道時刻 236 全新的你(七) 暴脾型的保羅			10:00	19:00
02:30	21:30		心靈Brunch 136 上帝的心意-預備	心靈Brunch 134 翻轉局面的修練	10:30	19:30
03:00	22:00	我的阿拉斯加 3	要健康就運動 861-862	要健康就運動 857-858	11:00	20:00
03:30	22:30	聖工消息 2012第四季第3集(中) 2012第四季第3集(粵)	蔬食go健康 643 巧克力檸檬馬德魯	蔬食go健康 641 三杯杏鮑菇	11:30	20:30
04:00	23:00	語取語求 27 再談十災	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 11 彼得論善惡之爭	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 9 善惡之爭與早期教會	12:00	21:00
04:30	23:30	健康新知 1036 用營養抗發炎減身體的火			12:30	21:30
05:00	00:00	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 在夜空中閃耀 5	膝蓋的力量 40	膝蓋的力量 41	13:00	22:00
05:30	00:30		個人佈道法 14 個人佈道與教會	個人佈道法 12 福音禾場遍全地	13:30	22:30
06:00	01:00	語取語求 27 再談十災			14:00	23:00
06:30	01:30	安格 啟示錄 27	要健康就運動 857-858	要健康就運動 859-860	14:30	23:30
07:00	02:00		心靈Brunch 134 翻轉局面的修練	心靈Brunch 135 禱告的經歷	15:00	00:00
07:30	02:30	拾級就主 7 基督的標準 (奮鬥徒的考驗)	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 8 建方舟與進方舟的人	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 9 方舟裡的八口人	15:30	00:30
08:00	03:00	安息日學-20年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 在夜空中閃耀 5	牧範學 18 辦好會議	牧範學 16 行政管理	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	聖工消息 2012第四季第3集(中) 2012第四季第3集(粵)	要健康就運動 859-860	要健康就運動 861-862	17:00	02:00
09:30	04:30	健康新知 1036 用營養抗發炎減身體的火	蔬食go健康 641 三杯杏鮑菇	蔬食go健康 642 會牽絲的鮮奶麻糬黑糖姜湯	17:30	02:30
10:00	05:00	語取語求 27 再談十災	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 9 善惡之爭與早期教會	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 10 保羅論善惡之爭	18:00	03:00
10:30	05:30	拾級就主 7 基督的標準 (奮鬥徒的考驗)			18:30	03:30
11:00	06:00	安格 啟示錄 27	心靈Brunch 135 禱告的經歷	心靈Brunch 136 上帝的心意-預備	19:00	04:00
11:30	06:30		膝蓋的力量 41	膝蓋的力量 39	19:30	04:30
12:00	07:00	動物有約3 不可思議的鯊魚鯨躍	牧範學 16 行政管理	牧範學 17 會議功能	20:00	05:00
12:30	07:30	真道時刻 236 全新的你(七) 暴脾型的保羅			20:30	05:30
13:00	08:00		要健康就運動 861-862	要健康就運動 857-858	21:00	06:00
13:30	08:30	我的阿拉斯加 3	蔬食go健康 642 會牽絲的鮮奶麻糬黑糖姜湯	蔬食go健康 643 巧克力檸檬馬德魯	21:30	06:30
14:00	09:00	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 在夜空中閃耀 5	個人佈道法 12 福音禾場遍全地	個人佈道法 13 誰是我們的鄰舍	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	聖工消息 2012第四季第3集(中) 2012第四季第3集(粵)	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 9 方舟裡的八口人	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 8 建方舟與進方舟的人	23:00	08:00
15:30	10:30	健康新知 1036 用營養抗發炎減身體的火	心靈Brunch 136 上帝的心意-預備	心靈Brunch 134 翻轉局面的修練	23:30	08:30

格林威治 GMT	美東 EST	2月3日 星期二	2月4日 星期三	2月5日 星期四	時間 Beijing	美西 PST
16:00	11:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 11 彼得論善惡之爭	真道時刻 760 共觀福音	真道時刻 761 馬太福音	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就運動 861-862	耶穌說 8	耶穌說 9	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 643 巧克力檸檬馬德魯	好得無比的旅程 27 分隔兩地	好得無比的旅程 28 認識奇妙的大腦	01:30	10:30
18:00	13:00	心靈Brunch 136 上帝的心意-預備	創世記一百講 11 原始聖所	創世記一百講 12 人類第一起殺人案的真相	02:00	11:00
18:30	13:30	豐富人生 115 生涯轉灣			02:30	11:30
19:00	14:00	個人佈道法 14 個人佈道與教會	傳承17	傳承18	03:00	12:00
19:30	14:30		耶穌101 徹底翻轉的門徒 83 非凡的忍耐	耶穌101 徹底翻轉的門徒 84 非凡的相遇	03:30	12:30
20:00	15:00	牧範學 18 辦好會議	健康新知 702 賢利社區防治	健康新知 703 把著不放--蟹足腫	04:00	13:00
20:30	15:30		好得無比的旅程 28 認識奇妙的大腦	好得無比的旅程 29 甘地的秘密信息	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就運動 857-858	古經今談 79 Faithful Foreigner	古經今談 80 An Ancient Love Story	05:00	14:00
21:30	16:30	膝蓋的力量 41	耶穌101 徹底翻轉的門徒 84 非凡的相遇	耶穌101 徹底翻轉的門徒 83 非凡的相遇	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 9 善惡之爭與早期教會	真道時刻 761 馬太福音	真道時刻 760 共觀福音	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 641 三杯杏鮑菇	耶穌說 9	耶穌說 10	07:00	16:00
23:30	18:30	心靈Brunch 134 翻轉局面的修練	戀上青年幫 45 貓頭鷹一族	戀上青年幫 46 Know No 欺凌	07:30	16:30
00:00	19:00	個人佈道法 12 福音禾場遍全地	好得無比的旅程 29 甘地的秘密信息	好得無比的旅程 27 分隔兩地	08:00	17:00
00:30	19:30		創世記一百講 12 人類第一起殺人案的真相	創世記一百講 13 愛該隱的上帝	08:30	17:30
01:00	20:00	豐富人生 115 生涯轉灣			09:00	18:00
01:30	20:30	牧範學 16 行政管理	耶穌說 10	耶穌說 8	09:30	18:30
02:00	21:00		古經今談 80 An Ancient Love Story	古經今談 81 Praying For A Son	10:00	19:00
02:30	21:30	心靈Brunch 133 上帝的呼召	戀上青年幫 46 貓頭鷹一族	戀上青年幫 47 貓頭鷹一族	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就運動 859-860	健康新知 703 把著不放--蟹足腫	健康新知 704 蟹足腫醜態紛紛	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 642 會牽絲的鮮奶麻糬黑糖薑湯	傳承18	傳承19	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 10 保護論善惡之爭 膝蓋的力量 39	真道時刻 760 共觀福音 古經今談 81	真道時刻 761 馬太福音 古經今談 79	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30	個人佈道法 13 誰是我們的鄰舍	好得無比的旅程 27 分隔兩地	好得無比的旅程 28 認識奇妙的大腦	13:30	22:30
06:00	01:00		耶穌說 8	耶穌說 9	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就運動 861-862	耶穌101 徹底翻轉的門徒 83 非凡的相遇	耶穌101 徹底翻轉的門徒 84 非凡的相遇	14:30	23:30
07:00	02:00	心靈Brunch 136 上帝的心意-預備 豐富人生 115 生涯轉灣	真道時刻 761 馬太福音	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 完全信靠基督 6	15:00	00:00
07:30	02:30	牧範學 17 會議功能	創世記一百講 13 愛該隱的上帝	創世記一百講 11 原始聖所	15:30	00:30
08:00	03:00				16:00	01:00
08:30	03:30	要健康就運動 857-858	健康新知 704 蟹足腫醜態紛紛	健康新知 702 賢利社區防治	16:30	01:30
09:00	04:00				17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 643 巧克力檸檬馬德魯	戀上青年幫 47 倒鐘	戀上青年幫 45 貓頭鷹一族	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 11 彼得論善惡之爭 心靈Brunch 134 上帝的呼召	好得無比的旅程 28 認識奇妙的大腦	好得無比的旅程 29 甘地的秘密信息	18:00	03:00
10:30	05:30		傳承19	傳承17	18:30	03:30
11:00	06:00		真道時刻 760 共觀福音	真道時刻 761 馬太福音	19:00	04:00
11:30	06:30		古經今談 79	古經今談 80	19:30	04:30
12:00	07:00	牧範學 18 辦好會議	健康新知 702 賢利社區防治	健康新知 703 把著不放--蟹足腫 創世記一百講 12	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就運動 859-860	創世記一百講 11 原始聖所	人類第一起殺人案的真相	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 641	傳承17	傳承18	21:30	06:30
14:00	09:00	個人佈道法 14 個人佈道與教會			22:00	07:00
14:30	09:30	豐富人生 115 生涯轉灣	耶穌101	耶穌101	22:30	07:30
15:00	10:00		耶穌說 9	耶穌說 10	23:00	08:00
15:30	10:30	心靈Brunch 135 禱告的經歷	古經今談 80 An Ancient Love Story	古經今談 81 Praying For A Son	23:30	08:30

格林威治	美東	2月6日	2月7日	2月8日	時間	美西
GMT	EST	星期五	星期六	星期日	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 完全信靠基督 6	健康新知 1037 用營養助你一覺到天亮	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 12 戰鬥中的教會	00:00	09:00
16:30	11:30		真道時刻 237 全新的你(八) 憂鬱型的摩西		00:30	09:30
17:00	12:00			要健康就運動 863-864	01:00	10:00
17:30	12:30	好得無比的旅程 29 甘地的秘密信息	我的阿拉斯加 4	蔬食go健康 644 咖喱珍菌煨豆腐	01:30	10:30
18:00	13:00	創世紀一百講 13 愛談誰的上帝	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 完全信靠基督 6	心靈Brunch 137 上帝的心意-與人同住 與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 10 亞伯蘭面臨的三次選擇	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	傳承19	拾級就主 8 在基督裡成長	個人佈道法 15 傳道少不了探訪	03:00	12:00
19:30	14:30	人類基本法 1 十誡總論	動物有約4 靈長類的庇護所		03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 704 蟹足腫醃疤癬癬	安格 啟示錄 28	牧範學 19 管理模式	04:00	13:00
20:30	15:30	好得無比的旅程 27 分隔兩地			04:30	13:30
21:00	16:00	古經今談 81 Praying For A Son	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 完全信靠基督 6	要健康就運動 865-866	05:00	14:00
21:30	16:30	人類基本法 1 十誡總論		膝蓋的力量 42	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 完全信靠基督 6	語取語求 28 逾越節	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 13 救贖	06:00	15:00
22:30	17:30		拾級就主 8 在基督裡成長		06:30	15:30
23:00	18:00	耶穌說 8	動物有約4 靈長類的庇護所	蔬食go健康 645 宮保乾椒古鮑菇	07:00	16:00
23:30	18:30	戀上青年幫 47 倒鏡	健康新知 1037 用營養助你一覺到天亮	心靈Brunch 138 簡單 平凡的生活	07:30	16:30
00:00	19:00	好得無比的旅程 28 認識奇妙的大腦	聖工消息 2013第一季第1集(中) 2013第一季第1集(粵)	個人佈道法 16 探訪不是苦差事	08:00	17:00
00:30	19:30	創世紀一百講 11 原始聖所	語取語求 28 逾越節		08:30	17:30
01:00	20:00	耶穌說 9	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 完全信靠基督 6	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 11 選擇世俗的代價	09:00	18:00
01:30	20:30		真道時刻 237 全新的你(八) 憂鬱型的摩西	牧範學 20 管理原則	09:30	18:30
02:00	21:00	古經今談 79 Faithful Foreigner 戀上青年幫 45		心靈Brunch 139 上帝的心意-與人同住	10:00	19:00
02:30	21:30	健康新知 702 賢利社區防治	我的阿拉斯加 4	要健康就運動 867-868	10:30	19:30
03:00	22:00	傳承17	聖工消息 2013第一季第1集(中) 2013第一季第1集(粵)	蔬食go健康 646 絲瓜什錦豆腐羹	11:00	20:00
03:30	22:30	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 完全信靠基督 6	語取語求 28 逾越節	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 12 戰鬥中的教會 膝蓋的力量 43	11:30	20:30
04:00	23:00		健康新知 1037 用營養助你一覺到天亮		12:00	21:00
04:30	23:30	古經今談 80	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 完全信靠基督 6	個人佈道法 17 成功探訪的秘訣	12:30	21:30
05:00	00:00	好得無比的旅程 29 甘地的秘密信息	語取語求 28 逾越節		13:00	22:00
05:30	00:30				13:30	22:30
06:00	01:00	耶穌說 10		要健康就運動 863-864	14:00	23:00
06:30	01:30	人類基本法 1 十誡總論	安格 啟示錄 28	心靈Brunch 137 上帝的心意-與人同住 與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 10 亞伯蘭面臨的三次選擇	14:30	23:30
07:00	02:00	真道時刻 760 共觀福音			15:00	00:00
07:30	02:30	創世紀一百講 12 人類第一起殺人案的真相	拾級就主 8 在基督裡成長	牧範學 21 領導方式	15:30	00:30
08:00	03:00		安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 完全信靠基督 6		16:00	01:00
08:30	03:30		聖工消息 2013第一季第1集(中) 2013第一季第1集(粵)	要健康就運動 865-866	16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 703 疤著不放--蟹足腫	健康新知 1037 用營養助你一覺到天亮	蔬食go健康 644 咖喱珍菌煨豆腐	17:00	02:00
09:30	04:30	戀上青年幫 46 Know No 欺凌	語取語求 28 逾越節	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 13 救贖	17:30	02:30
10:00	05:00	好得無比的旅程 27 分隔兩地	拾級就主 8		18:00	03:00
10:30	05:30	傳承18	安格	心靈Brunch 138 上帝的心意-與人同住	18:30	03:30
11:00	06:00	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 完全信靠基督 6	啟示錄 28 動物有約4 靈長類的庇護所	膝蓋的力量 44	19:00	04:00
11:30	06:30	古經今談 81	真道時刻 237 全新的你(八) 憂鬱型的摩西	牧範學 19 管理模式	19:30	04:30
12:00	07:00	健康新知 704 蟹足腫醃疤癬癬			20:00	05:00
12:30	07:30	創世紀一百講 13 愛談誰的上帝	我的阿拉斯加 4	要健康就運動 867-868	20:30	05:30
13:00	08:00	傳承19	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督	蔬食go健康 645	21:00	06:00
13:30	08:30			個人佈道法 15 傳道少不了探訪	21:30	06:30
14:00	09:00	人類基本法 1			22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	耶穌說 8	聖工消息 2013第一季第1集(中) 2013第一季第1集(粵)	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 11 選擇世俗的代價	23:00	08:00
15:30	10:30	古經今談 79 Faithful Foreigner	健康新知 1037 用營養助你一覺到天亮	心靈Brunch 139 人生規劃與夢想	23:30	08:30

格林威治	美東	2月9日	2月10日	2月11日	時間	美西
GMT	EST	星期一	星期二	星期三	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 13 救贖	安息日學-16年第2季 馬太福音 1 大衛的子孫	真道時刻 762 耶穌基督的家譜	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就運動 865-866	要健康就運動 867-868	耶穌說 11	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 645 宮保乾椒杏鮑菇	蔬食go健康 646 絲瓜什錦豆腐羹	好得無比的旅程 30 塔羅蘭的心	01:30	10:30
18:00	13:00	心靈Brunch 138 簡單 平凡的生活	心靈Brunch 139 人生規劃與夢想	創世紀一百講 14 上帝是成功的上帝，在耶穌基督裡沒有 失敗	02:00	11:00
18:30	13:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 11 選擇世俗的代價	豐富人生 117 恢復的愛		02:30	11:30
19:00	14:00	個人佈道法 16 探訪不是苦差事	個人佈道法 17 成功探訪的秘訣	傳承20	03:00	12:00
19:30	14:30			人類基本法 2 不可有別神	03:30	12:30
20:00	15:00			健康新知 705 肺癌	04:00	13:00
20:30	15:30			好得無比的旅程 31 大荒野最後的游牧者	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就運動 867-868	要健康就運動 863-864	古經今談 82 Wanting A King	05:00	14:00
21:30	16:30	膝蓋的力量 43	膝蓋的力量 44	人類基本法 3 不可拜偶像	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 12 戰鬥中的教會	安息日學-16年第2季 馬太福音 1 大衛的子孫	真道時刻 763 君王的誕生	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 646 絲瓜什錦豆腐羹	蔬食go健康 644 咖哩珍菌煨豆腐	耶穌說 12	07:00	16:00
23:30	18:30	心靈Brunch 139 人生規劃與夢想	心靈Brunch 137 上帝的心意-與人同住	戀上青年幫 48 月光族	07:30	16:30
00:00	19:00	個人佈道法 17 成功探訪的秘訣	個人佈道法 15 傳道少不了探訪	好得無比的旅程 32 石頭王國	08:00	17:00
00:30	19:30			創世紀一百講 15 一生只做一件事	08:30	17:30
01:00	20:00	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 10 西伯蘭面臨的三次選擇	豐富人生 117 恢復的愛	耶穌說 13  古經今談 83 Reminders	09:00	18:00
01:30	20:30	牧範學 21 領導方式	牧範學 19 管理模式		09:30	18:30
02:00	21:00			戀上青年幫 49	10:00	19:00
02:30	21:30	心靈Brunch 137 簡單 平凡的生活	心靈Brunch 138 人生規劃與夢想	健康新知 706 肺癌診斷方法	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就運動 863-864	要健康就運動 865-866	傳承20	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 644 咖哩珍菌煨豆腐	蔬食go健康 645 宮保乾椒杏鮑菇	真道時刻 762 耶穌基督的家譜	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 13 救贖	安息日學-16年第2季 馬太福音 1 大衛的子孫		12:00	21:00
04:30	23:30	膝蓋的力量 44	膝蓋的力量 42	好得無比的旅程 30 塔羅蘭的心	12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30	個人佈道法 15 傳道少不了探訪	個人佈道法 16 探訪不是苦差事	05:30	13:30	22:30
06:00	01:00			耶穌說 11	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就運動 865-866	要健康就運動 867-868	人類基本法 4 不可妄稱神的名	14:30	23:30
07:00	02:00	心靈Brunch 138 簡單 平凡的生活	心靈Brunch 139 人生規劃與夢想	真道時刻 763 君王的誕生	15:00	00:00
07:30	02:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 11 選擇世俗的代價	豐富人生 117 恢復的愛		15:30	00:30
08:00	03:00	牧範學 19 管理模式	牧範學 20 管理原則	創世紀一百講 16 聖經的第一個族譜	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就運動 867-868	要健康就運動 863-864	健康新知 707 打針常見問題	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 645 宮保乾椒杏鮑菇	蔬食go健康 646 絲瓜什錦豆腐羹	戀上青年幫 50 環保由我做起	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 12 戰鬥中的教會	安息日學-16年第2季 馬太福音 1 大衛的子孫	好得無比的旅程 31 大荒野最後的游牧者	18:00	03:00
10:30	05:30	心靈Brunch 139 簡單 平凡的生活	心靈Brunch 137 上帝的心意-與人同住	傳承20	18:30	03:30
11:00	06:00			真道時刻 762 耶穌基督的家譜	19:00	04:00
11:30	06:30	膝蓋的力量 42	膝蓋的力量 43	古經今談 82	19:30	04:30
12:00	07:00	牧範學 20 管理原則	牧範學 21 領導方式	健康新知 705 肺癌	20:00	05:00
12:30	07:30			創世紀一百講 14 上帝是成功的上帝，在耶穌基督裡沒有	20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就運動 863-864	要健康就運動 865-866	人類基本法 2	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 646	蔬食go健康 644		21:30	06:30
14:00	09:00	個人佈道法 16 探訪不是苦差事	個人佈道法 17 成功探訪的秘訣	傳承20	22:00	07:00
14:30	09:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 10 亞伯蘭面臨的三次選擇	豐富人生 117 恢復的愛	耶穌說 12	22:30	07:30
15:00	10:00				23:00	08:00
15:30	10:30	心靈Brunch 137 上帝的心意-與人同住	心靈Brunch 138 簡單 平凡的生活	古經今談 83 Reminders	23:30	08:30

格林威治 GMT	美東 EST	2月12日 星期四	2月13日 星期五	2月14日 星期六	時間 Beijing	美西 PST
16:00	11:00	真道時刻 763 君王的誕生	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 天國的公民 7	健康新知 1038 用營養滋養大腦防失智	00:00	09:00
16:30	11:30			真道時刻 238 全新的你(九) 冷漠型的亞伯拉罕	00:30	09:30
17:00	12:00				01:00	10:00
17:30	12:30	好得無比的旅程 31 大荒野最後的游牧者	好得無比的旅程 32 石頭王國	我的阿拉斯加 5	01:30	10:30
18:00	13:00	創世紀一百講 15 一生只做一件事	創世紀一百講 16 聖經的第一個族譜	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 天國的公民 7	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	簡單品味1	簡單品味2	拾級就主 9 工作與生活	03:00	12:00
19:30	14:30	人類基本法 3 不可拜偶像	人類基本法 4 不可妄稱神的名	動物有約5 裸母家族-狐獴	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 706 肺癌診斷方法	健康新知 707 打針常見問題	安格 啟示錄 29	04:00	13:00
20:30	15:30	好得無比的旅程 32 石頭王國	好得無比的旅程 30 塔羅爾的心		04:30	13:30
21:00	16:00	古經今談 83 Reminders	古經今談 84 An Arrogant Giant	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 天國的公民 7	05:00	14:00
21:30	16:30	人類基本法 4 不可妄稱神的名	人類基本法 2 不可有別神		05:30	14:30
22:00	17:00	真道時刻 762 耶穌基督的家譜	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 天國的公民 7	語取語求 29 出埃及	06:00	15:00
22:30	17:30			拾級就主 9 工作與生活	06:30	15:30
23:00	18:00	耶穌說 13	耶穌說 11	動物有約5 裸母家族-狐獴	07:00	16:00
23:30	18:30	戀上青年幫 49 智置業	戀上青年幫 50 環保由我做起	健康新知 1038 用營養滋養大腦防失智	07:30	16:30
00:00	19:00	好得無比的旅程 30 塔羅爾的心	好得無比的旅程 31 大荒野最後的游牧者	聖工消息 2013第一季第2集(中) 2013第一季第2集(粵)	08:00	17:00
00:30	19:30	創世紀一百講 16 聖經的第一個族譜	創世紀一百講 14 上帝是成功的上帝，在耶穌基督裡沒有失敗	語取語求 29 出埃及	08:30	17:30
01:00	20:00			安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 天國的公民 7	09:00	18:00
01:30	20:30	耶穌說 11	耶穌說 12	真道時刻 238 全新的你(九) 冷漠型的亞伯拉罕	09:30	18:30
02:00	21:00	古經今談 84 An Arrogant Giant	古經今談 82 Wanting A King	我的阿拉斯加 5	10:00	19:00
02:30	21:30	戀上青年幫 50 智置業	戀上青年幫 48 月光族		10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 707 打針常見問題	健康新知 705 肺癌	聖工消息 2013第一季第2集(中) 2013第一季第2集(粵)	11:00	20:00
03:30	22:30	簡單品味2	簡單品味1	語取語求 29 出埃及	11:30	20:30
04:00	23:00	真道時刻 763 君王的誕生	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 古經今談 85	健康新知 1038 用營養滋養大腦防失智	12:00	21:00
04:30	23:30			安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 天國的公民 7	12:30	21:30
05:00	00:00			語取語求 29 出埃及	13:00	22:00
05:30	00:30	好得無比的旅程 31 大荒野最後的游牧者	好得無比的旅程 32 石頭王國	拾級就主 9 工作與生活	13:30	22:30
06:00	01:00	耶穌說 12	耶穌說 13	聖工消息 2013第一季第2集(中) 2013第一季第2集(粵)	14:00	23:00
06:30	01:30	人類基本法 2 不可有別神	人類基本法 3 不可拜偶像	安格 啟示錄 29	14:30	23:30
07:00	02:00	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 天國的公民 7	真道時刻 762 耶穌基督的家譜		15:00	00:00
07:30	02:30	創世紀一百講 14 上帝是成功的上帝，在耶穌基督裡沒有失敗	創世紀一百講 15 一生只做一件事	拾級就主 9 工作與生活	15:30	00:30
08:00	03:00	健康新知 705 肺癌	健康新知 706 肺癌診斷方法	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 聖工消息	16:00	01:00
08:30	03:30			2013第一季第2集(中) 2013第一季第2集(粵)	16:30	01:30
09:00	04:00	戀上青年幫 48 月光族	戀上青年幫 49 智置業	健康新知 1038 用營養滋養大腦防失智	17:00	02:00
09:30	04:30	好得無比的旅程 32 石頭王國	好得無比的旅程 30 塔羅爾的心	語取語求 29 出埃及	17:30	02:30
10:00	05:00	簡單品味1	簡單品味2	語取語求 29 出埃及	18:00	03:00
10:30	05:30	真道時刻 763 君王的誕生	安息日學-26年第1季 連結天與地： 古經今談 84	拾級就主 9 安格	18:30	03:30
11:00	06:00	古經今談 83	古經今談 84	安格 啟示錄 29	19:00	04:00
11:30	06:30	健康新知 706 肺癌診斷方法	健康新知 707 打針常見問題	動物有約5 裸母家族-狐獴	19:30	04:30
12:00	07:00			真道時刻 238 全新的你(九) 冷漠型的亞伯拉罕	20:00	05:00
12:30	07:30	創世紀一百講 15 一生只做一件事	創世紀一百講 16 聖經的第一個族譜	我的阿拉斯加 5 安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督	20:30	05:30
13:00	08:00	簡單品味2	簡單品味1	聖工消息 2013第一季第2集(中) 2013第一季第2集(粵)	21:00	06:00
13:30	08:30			健康新知 1038 用營養滋養大腦防失智	21:30	06:30
14:00	09:00	人類基本法 3	人類基本法 4	語取語求 29 出埃及	22:00	07:00
14:30	09:30	耶穌說 13	耶穌說 11	拾級就主 9 安格	22:30	07:30
15:00	10:00	古經今談 84 An Arrogant Giant	古經今談 82 Wanting A King	安格 啟示錄 29	23:00	08:00
15:30	10:30	健康新知 705 肺癌	健康新知 706 肺癌診斷方法	聖工消息 2013第一季第2集(中) 2013第一季第2集(粵)	23:30	08:30
				健康新知 1038 用營養滋養大腦防失智		

格林威治	美東	2月15日	2月16日	2月17日	時間	美西
GMT	BST	星期日	星期一	星期二	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日學-16年第2季 馬太福音 2 事工的開展	安息日學-16年第2季 馬太福音 3 山邊寶訓	安息日學-16年第2季 馬太福音 4 「你起來行走！」信心與醫治	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就運動 869-870	要健康就運動 871-872	要健康就運動 873-874	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 647 炸豆腐義大利麵	蔬食go健康 648 涼拌辣味絲瓜	蔬食go健康 649 酥炸白玉片	01:30	10:30
18:00	13:00	心靈Brunch 140 生命奇妙的改變	心靈Brunch 141 看得見的愛	心靈Brunch 142 人際溝通	02:00	11:00
18:30	13:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 12 軟弱中的祝福	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 13 被上帝揀選了一把的人	豐富人生 119 色彩設計師	02:30	11:30
19:00	14:00	個人佈道法 18 具備採訪的要素	個人佈道法 19 談話式的佈道法	個人佈道法 20 查考聖經出自天	03:00	12:00
19:30	14:30				03:30	12:30
20:00	15:00	牧範學 22 屬靈領袖	牧範學 23 檔案管理	牧範學 24 教會經濟	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就運動 871-872	要健康就運動 873-874	要健康就運動 869-870	05:00	14:00
21:30	16:30	膝蓋的力量 45	膝蓋的力量 46	膝蓋的力量 47	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日學-16年第2季 馬太福音 3 山邊寶訓	安息日學-16年第2季 馬太福音 4 「你起來行走！」信心與醫治	安息日學-16年第2季 馬太福音 2 事工的開展	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 648 涼拌辣味絲瓜	蔬食go健康 649 酥炸白玉片	蔬食go健康 647 炸豆腐義大利麵	07:00	16:00
23:30	18:30	心靈Brunch 141 看得見的愛	心靈Brunch 142 人際溝通	心靈Brunch 140 生命奇妙的改變	07:30	16:30
00:00	19:00	個人佈道法 19 談話式的佈道法	個人佈道法 20 查考聖經出自天	個人佈道法 18 具備採訪的要素	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 13 被上帝揀選了一把的人	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 12 軟弱中的祝福	豐富人生 119 色彩設計師	09:00	18:00
01:30	20:30	牧範學 23 檔案管理	牧範學 24 教會經濟	牧範學 22 屬靈領袖	09:30	18:30
02:00	21:00				10:00	19:00
02:30	21:30	心靈Brunch 142 人際溝通	心靈Brunch 140 生命奇妙的改變	心靈Brunch 141 看得見的愛	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就運動 873-874	要健康就運動 869-870	要健康就運動 871-872	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 649 酥炸白玉片	蔬食go健康 647 炸豆腐義大利麵	蔬食go健康 648 涼拌辣味絲瓜	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日學-16年第2季 馬太福音 4 「你起來行走！」信心與醫治	安息日學-16年第2季 馬太福音 2 事工的開展	安息日學-16年第2季 馬太福音 3 山邊寶訓	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	膝蓋的力量 46	膝蓋的力量 47	膝蓋的力量 45	13:00	22:00
05:30	00:30	個人佈道法 20 查考聖經出自天	個人佈道法 18 具備採訪的要素	個人佈道法 19 談話式的佈道法	13:30	22:30
06:00	01:00				14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就運動 869-870	要健康就運動 871-872	要健康就運動 873-874	14:30	23:30
07:00	02:00	心靈Brunch 140 生命奇妙的改變	心靈Brunch 141 看得見的愛	心靈Brunch 142 人際溝通	15:00	00:00
07:30	02:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 12 軟弱中的祝福	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 13 被上帝揀選了一把的人	豐富人生 119 色彩設計師	15:30	00:30
08:00	03:00	牧範學 24 教會經濟	牧範學 22 屬靈領袖	牧範學 23 檔案管理	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就運動 871-872	要健康就運動 873-874	要健康就運動 869-870	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 647 炸豆腐義大利麵	蔬食go健康 648 涼拌辣味絲瓜	蔬食go健康 649 酥炸白玉片	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日學-16年第2季 馬太福音 2 事工的開展	安息日學-16年第2季 馬太福音 3 山邊寶訓	安息日學-16年第2季 馬太福音 4 「你起來行走！」信心與醫治	18:00	03:00
10:30	05:30				18:30	03:30
11:00	06:00	心靈Brunch 141 看得見的愛	心靈Brunch 142 人際溝通	心靈Brunch 140 生命奇妙的改變	19:00	04:00
11:30	06:30	膝蓋的力量 47	膝蓋的力量 45	膝蓋的力量 46	19:30	04:30
12:00	07:00	牧範學 22 屬靈領袖	牧範學 23 檔案管理	牧範學 24 教會經濟	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就運動 873-874	要健康就運動 869-870	要健康就運動 871-872	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 648 涼拌辣味絲瓜	蔬食go健康 649 酥炸白玉片	蔬食go健康 647 炸豆腐義大利麵	21:30	06:30
14:00	09:00	個人佈道法 18 具備採訪的要素	個人佈道法 19 談話式的佈道法	個人佈道法 20 查考聖經出自天	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 13 被上帝揀選了一把的人	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 12 軟弱中的祝福	豐富人生 119 色彩設計師	23:00	08:00
15:30	10:30	心靈Brunch 142 人際溝通	心靈Brunch 140 生命奇妙的改變	心靈Brunch 141 看得見的愛	23:30	08:30



格林威治	美東	2月18日	2月19日	2月20日	時間	美西
GMT	BST	星期三	星期四	星期五	Beijing	PST
16:00	11:00	真道時刻 764 博士的朝拜	真道時刻 765 割禮與奉獻禮	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 至高無上的基督 8	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	耶穌說 14	耶穌說 15	耶穌說 16	01:00	10:00
17:30	12:30	好得無比的旅程 33 囚犯的歷程	好得無比的旅程 34 尤利卡的歷史遺贈	好得無比的旅程 35 沉船海岸	01:30	10:30
18:00	13:00	創世紀一百講 17 不死奇人--以諾的故事	創世紀一百講 18 上帝的兒子和人的女子	創世紀一百講 19 我們需要第二個挪亞 1	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	簡單品味3	簡單品味4	簡單品味5	03:00	12:00
19:30	14:30	人類基本法 5 當記念安息日	人類基本法 6 當孝敬父母	人類基本法 7 不可殺人	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 708 麻醉不可不知的事	健康新知 709 認識毒品遠離毒害	健康新知 710 防範醫療詐騙	04:00	13:00
20:30	15:30	好得無比的旅程 34 尤利卡的歷史遺贈	好得無比的旅程 35 沉船海岸	好得無比的旅程 33 囚犯的歷程	04:30	13:30
21:00	16:00	古經今談 85 A King' s Jealousy	古經今談 86 True Friendship	古經今談 87 The Wise Wife Of A Foolish Man	05:00	14:00
21:30	16:30	人類基本法 6 當孝敬父母	人類基本法 7 不可殺人	人類基本法 5 當記念安息日	05:30	14:30
22:00	17:00	真道時刻 765 割禮與奉獻禮	真道時刻 764 博士的朝拜	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 至高無上的基督 8	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	耶穌說 15	耶穌說 16	耶穌說 14	07:00	16:00
23:30	18:30	善惡之爭 1	善惡之爭 2	善惡之爭 3	07:30	16:30
00:00	19:00	好得無比的旅程 35 沉船海岸	好得無比的旅程 33 囚犯的歷程	好得無比的旅程 34 尤利卡的歷史遺贈	08:00	17:00
00:30	19:30	創世紀一百講 18 上帝的兒子和人的女子	創世紀一百講 19 我們需要第二個挪亞 1	創世紀一百講 17 不死奇人--以諾的故事	08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	耶穌說 16	耶穌說 14	耶穌說 15	09:30	18:30
02:00	21:00	古經今談 86 True Friendship	古經今談 87 The Wise Wife Of A Foolish Man	古經今談 85 A King' s Jealousy	10:00	19:00
02:30	21:30	善惡之爭 2	善惡之爭 3	善惡之爭 1	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 709 認識毒品遠離毒害	健康新知 710 防範醫療詐騙	健康新知 708 麻醉不可不知的事	11:00	20:00
03:30	22:30	簡單品味4	簡單品味5	簡單品味3	11:30	20:30
04:00	23:00	真道時刻 764 博士的朝拜	真道時刻 765 割禮與奉獻禮	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 至高無上的基督 8	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	古經今談 87 The Wise Wife Of A Foolish Man	古經今談 85 A King' s Jealousy	古經今談 86 True Friendship	13:00	22:00
05:30	00:30	好得無比的旅程 33 囚犯的歷程	好得無比的旅程 34 尤利卡的歷史遺贈	好得無比的旅程 35 沉船海岸	13:30	22:30
06:00	01:00	耶穌說 14	耶穌說 15	耶穌說 16	14:00	23:00
06:30	01:30	人類基本法 7 不可殺人	人類基本法 5 當記念安息日	人類基本法 6 當孝敬父母	14:30	23:30
07:00	02:00	真道時刻 765 割禮與奉獻禮	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 至高無上的基督 8	真道時刻 764 博士的朝拜	15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	創世紀一百講 19 我們需要第二個挪亞 1	創世紀一百講 17 不死奇人--以諾的故事	創世紀一百講 18 上帝的兒子和人的女子	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 710 防範醫療詐騙	健康新知 708 麻醉不可不知的事	健康新知 709 認識毒品遠離毒害	17:00	02:00
09:30	04:30	善惡之爭 3	善惡之爭 1	善惡之爭 2	17:30	02:30
10:00	05:00	好得無比的旅程 34 尤利卡的歷史遺贈	好得無比的旅程 35 沉船海岸	好得無比的旅程 33 囚犯的歷程	18:00	03:00
10:30	05:30	簡單品味5	簡單品味3	簡單品味4	18:30	03:30
11:00	06:00	真道時刻 764 博士的朝拜	真道時刻 765 割禮與奉獻禮	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督	19:00	04:00
11:30	06:30				19:30	04:30
12:00	07:00	古經今談 85 A King' s Jealousy	古經今談 86 True Friendship	古經今談 87 The Wise Wife Of A Foolish Man	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 708 麻醉不可不知的事	健康新知 709 認識毒品遠離毒害	健康新知 710 防範醫療詐騙	20:30	05:30
13:00	08:00	創世紀一百講 17 不死奇人--以諾的故事	創世紀一百講 18 上帝的兒子和人的女子	創世紀一百講 19 我們需要第二個挪亞 1	21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	簡單品味3	簡單品味4	簡單品味5	22:00	07:00
14:30	09:30	人類基本法 5 當記念安息日	人類基本法 6 當孝敬父母	人類基本法 7 不可殺人	22:30	07:30
15:00	10:00	耶穌說 15	耶穌說 16	耶穌說 14	23:00	08:00
15:30	10:30	古經今談 86 True Friendship	古經今談 87 The Wise Wife Of A Foolish Man	古經今談 85 A King' s Jealousy	23:30	08:30

格林威治 GMT	美東 EST	2月21日 星期六	2月22日 星期日	2月23日 星期一	時間 Beijing	美西 PST
16:00	11:00	健康新知 1039 淺談居家在宅醫療	安息日學-16年第2季 馬太福音 5 看得見與看不見的戰爭	安息日學-16年第2季 馬太福音 6 在基督裡得安息	00:00	09:00
16:30	11:30	真道時刻 239 全新的你(十)			00:30	09:30
17:00	12:00	人類四種基本的性格	要健康就運動 875-876	要健康就運動 877-878	01:00	10:00
17:30	12:30	我的阿拉斯加 6	蔬食go健康 650 南瓜泥海苔脆片	蔬食go健康 651 越南法國麵包	01:30	10:30
18:00	13:00	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督	心靈Brunch 143 衝突管理	心靈Brunch 144 你吃乾糧了嗎	02:00	11:00
18:30	13:30	至高無上的基督 8	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 14 跌宕人生盡享通	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 15 饒恕的力量	02:30	11:30
19:00	14:00	拾級就主 10 認識上帝	個人佈道法 21 查考聖經的工作	個人佈道法 22 怎樣預備查經題	03:00	12:00
19:30	14:30	動物有約6 野生動物零距離			03:30	12:30
20:00	15:00	安格 啟示錄 30	牧範學 25 財務管理	牧範學 26 人才培訓	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	安息日學-26年第1季 連結天與地：	要健康就運動 877-878	要健康就運動 879-880	05:00	14:00
21:30	16:30	腓立比書和哥羅西書中的基督 至高無上的基督 8	膝蓋的力量 48	膝蓋的力量 49	05:30	14:30
22:00	17:00	語取語求 30 立約	安息日學-16年第2季 馬太福音 6 在基督裡得安息	安息日學-16年第2季 馬太福音 7 猶太人和外邦人的主	06:00	15:00
22:30	17:30	拾級就主 10 認識上帝			06:30	15:30
23:00	18:00	動物有約6 野生動物零距離	蔬食go健康 651 越南法國麵包	蔬食go健康 652 越式炒河粉	07:00	16:00
23:30	18:30	健康新知 1039 淺談居家在宅醫療	心靈Brunch 144 你吃乾糧了嗎	心靈Brunch 145 你值多少	07:30	16:30
00:00	19:00	聖工消息 2013第一季第3集(中) 2013第一季第3集(粵)	個人佈道法 22 怎樣預備查經題	個人佈道法 23 做合用的查經題	08:00	17:00
00:30	19:30	語取語求 30 立約			08:30	17:30
01:00	20:00	安息日學-26年第1季 連結天與地：	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 15 饒恕的力量	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 14 跌宕人生盡享通	09:00	18:00
01:30	20:30	腓立比書和哥羅西書中的基督 至高無上的基督 8	牧範學 26 人才培訓	牧範學 27 專業領袖	09:30	18:30
02:00	21:00	真道時刻 239 全新的你(十)			10:00	19:00
02:30	21:30	人類四種基本的性格	心靈Brunch 143 衝突管理	心靈Brunch 143 你吃乾糧了嗎	10:30	19:30
03:00	22:00	我的阿拉斯加 6	要健康就運動 879-880	要健康就運動 875-876	11:00	20:00
03:30	22:30	2013第一季第3集(中) 2013第一季第3集(粵)	蔬食go健康 652 越式炒河粉	蔬食go健康 650 南瓜泥海苔脆片	11:30	20:30
04:00	23:00	語取語求 30 立約	安息日學-16年第2季 馬太福音 7 猶太人和外邦人的主	安息日學-16年第2季 馬太福音 5 看得見與看不見的戰爭	12:00	21:00
04:30	23:30	健康新知 1039	膝蓋的力量 49	膝蓋的力量 50	12:30	21:30
05:00	00:00	安息日學-26年第1季 連結天與地：	個人佈道法 23 做合用的查經題	個人佈道法 21 查考聖經的工作	13:00	22:00
05:30	00:30	腓立比書和哥羅西書中的基督 至高無上的基督 8			13:30	22:30
06:00	01:00	語取語求 30 立約	要健康就運動 875-876	要健康就運動 877-878	14:00	23:00
06:30	01:30	安格 啟示錄 30			14:30	23:30
07:00	02:00	拾級就主 10 認識上帝	心靈Brunch 143 衝突管理	心靈Brunch 144 你吃乾糧了嗎	15:00	00:00
07:30	02:30		與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 14 跌宕人生盡享通	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 15 饒恕的力量	15:30	00:30
08:00	03:00	安息日學-26年第1季 連結天與地：	牧範學 27 專業領袖	牧範學 25 財務管理	16:00	01:00
08:30	03:30	腓立比書和哥羅西書中的基督 聖工消息			16:30	01:30
09:00	04:00	2013第一季第3集(中) 2013第一季第3集(粵)	要健康就運動 877-878	要健康就運動 879-880	17:00	02:00
09:30	04:30	健康新知 1039 淺談居家在宅醫療	蔬食go健康 650 南瓜泥海苔脆片	蔬食go健康 651 越南法國麵包	17:30	02:30
10:00	05:00	語取語求 30 立約	安息日學-16年第2季 馬太福音 5 看得見與看不見的戰爭	安息日學-16年第2季 馬太福音 6 在基督裡得安息	18:00	03:00
10:30	05:30	拾級就主 10	心靈Brunch 144 衝突管理	心靈Brunch 143 你吃乾糧了嗎	18:30	03:30
11:00	06:00	安格	膝蓋的力量 50	膝蓋的力量 48	19:00	04:00
11:30	06:30	啟示錄 30 動物有約6			19:30	04:30
12:00	07:00	真道時刻 239 全新的你(十)	牧範學 25 財務管理	牧範學 26 人才培訓	20:00	05:00
12:30	07:30	人類四種基本的性格			20:30	05:30
13:00	08:00	我的阿拉斯加 6	要健康就運動 879-880	要健康就運動 875-876	21:00	06:00
13:30	08:30	安息日學-26年第1季 連結天與地：	蔬食go健康 651	蔬食go健康 652	21:30	06:30
14:00	09:00	腓立比書和哥羅西書中的基督	個人佈道法 21 查考聖經的工作	個人佈道法 22 怎樣預備查經題	22:00	07:00
14:30	09:30	聖工消息 2013第一季第3集(中) 2013第一季第3集(粵)	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 15 饒恕的力量	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 14 跌宕人生盡享通	22:30	07:30
15:00	10:00	健康新知 1039 淺談居家在宅醫療	心靈Brunch 145 你值多少	心靈Brunch 143 衝突管理	23:00	08:00
15:30	10:30				23:30	08:30



格林威治	美東	2月24日	2月25日	2月26日	時間	美西
GMT	EST	星期二	星期三	星期四	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日學-16年第2季 馬太福音 7 猶太人和外邦人的主	真道時刻 766 耶穌的童年和青年	真道時刻 767 施洗約翰的事工	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就運動 879-880	耶穌說 17	耶穌說 18	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 652 越式炒河粉	好得無比的旅程 36 淘金熱	好得無比的旅程 37 大荒漠的畫家	01:30	10:30
18:00	13:00	心靈Brunch 145 你值多少	創世記一百講 20 我們需要第二個挪亞 2	創世記一百講 21 關上方舟門的上帝	02:00	11:00
18:30	13:30	豐富人生 120 恩典之路			02:30	11:30
19:00	14:00	個人佈道法 23 做合用的查經題	簡單品味6	簡單品味7	03:00	12:00
19:30	14:30		人類基本法 8 不可姦淫	人類基本法 9 不可偷盜	03:30	12:30
20:00	15:00	牧範學 27 專業領袖	健康新知 711 咳血	健康新知 712 肋膜積水	04:00	13:00
20:30	15:30		好得無比的旅程 37 大荒漠的畫家	好得無比的旅程 38 當世界破碎時	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就運動 875-876	古經今談 88 With The Help Of Heaven	進入祂的聖所 1	05:00	14:00
21:30	16:30	膝蓋的力量 50	人類基本法 9 不可偷盜	人類基本法 10 不可作假見證陷害人	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日學-16年第2季 馬太福音 5 看得見與看不見的戰爭	真道時刻 767 施洗約翰的事工	真道時刻 766 耶穌的童年和青年	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 650 南瓜泥海苔脆片	耶穌說 18	耶穌說 19	07:00	16:00
23:30	18:30	心靈Brunch 143 衝突管理	善惡之爭 4	善惡之爭 5	07:30	16:30
00:00	19:00	個人佈道法 21 查考聖經的工作	好得無比的旅程 38 當世界破碎時	好得無比的旅程 36 淘金熱	08:00	17:00
00:30	19:30		創世記一百講 21 關上方舟門的上帝	創世記一百講 22 打開方舟門的上帝	08:30	17:30
01:00	20:00	豐富人生 120 恩典之路	耶穌說 19  古經今談 88 With The Help Of Heaven	耶穌說 17  進入祂的聖所 2	09:00	18:00
01:30	20:30	牧範學 25 財務管理			09:30	18:30
02:00	21:00	心靈Brunch 144 衝突管理	善惡之爭 5	善惡之爭 6	10:00	19:00
02:30	21:30	要健康就運動 877-878	健康新知 712 肋膜積水	健康新知 713 職場空汙與改善	10:30	19:30
03:00	22:00	蔬食go健康 651 越南法國麵包	簡單品味7	簡單品味8	11:00	20:00
03:30	22:30				11:30	20:30
04:00	23:00	安息日學-16年第2季 馬太福音 6 在基督裡得安息	真道時刻 766 耶穌的童年和青年	真道時刻 767 施洗約翰的事工	12:00	21:00
04:30	23:30	膝蓋的力量 48	好得無比的旅程 36 淘金熱	好得無比的旅程 37 大荒漠的畫家	12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30	個人佈道法 22 怎樣預備查經題	耶穌說 17	耶穌說 18	13:30	22:30
06:00	01:00		耶穌說 17	耶穌說 18	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就運動 879-880	人類基本法 10 不可作假見證陷害人	人類基本法 8 不可姦淫	14:30	23:30
07:00	02:00	心靈Brunch 145 你值多少	真道時刻 767 施洗約翰的事工	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 和好與盼望 9	15:00	00:00
07:30	02:30	豐富人生 120 恩典之路			15:30	00:30
08:00	03:00	牧範學 26 人才培訓	創世記一百講 22 打開方舟門的上帝	創世記一百講 20 我們需要第二個挪亞 2	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就運動 875-876	健康新知 713 職場空汙與改善	健康新知 711 咳血	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 652 越式炒河粉	善惡之爭 6	善惡之爭 4	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日學-16年第2季 馬太福音 7 猶太人和外邦人的主	好得無比的旅程 37 大荒漠的畫家	好得無比的旅程 38 當世界破碎時	18:00	03:00
10:30	05:30	心靈Brunch 143 衝突管理	簡單品味8	簡單品味6	18:30	03:30
11:00	06:00		真道時刻 766 耶穌的童年和青年	真道時刻 767 施洗約翰的事工	19:00	04:00
11:30	06:30	膝蓋的力量 49	古經今談 88 With The Help Of Heaven	進入祂的聖所 2	19:30	04:30
12:00	07:00	牧範學 27 專業領袖	健康新知 711 咳血	健康新知 712 肋膜積水	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就運動 877-878	創世記一百講 20 我們需要第二個挪亞 2	創世記一百講 21 關上方舟門的上帝	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 650	簡單品味6	簡單品味7	21:30	06:30
14:00	09:00	個人佈道法 23 做合用的查經題			22:00	07:00
14:30	09:30	豐富人生 120 恩典之路	人類基本法 8	人類基本法 9	22:30	07:30
15:00	10:00		耶穌說 18	耶穌說 19	23:00	08:00
15:30	10:30	心靈Brunch 144 你吃乾糧了嗎	古經今談 88 With The Help Of Heaven	進入祂的聖所 1	23:30	08:30

格林威治	美東	2月27日	2月28日	3月1日	時間	美西
GMT	BST	星期五	星期六	星期日	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 和好與盼望 9	健康新知 1040 癌症即時緩和醫療	安息日學-16年第2季 馬太福音 8 彼得與磐石	00:00	09:00
16:30	11:30		真道時刻 240 障礙重重		00:30	09:30
17:00	12:00				耶穌說 19	01:00
17:30	12:30	好得無比的旅程 38 當世界破碎時	每日生活良助 1 感化力	蔬食go健康 653 印度鷹嘴豆燉咖喱	01:30	10:30
18:00	13:00	創世記一百講 22 打開方舟門的上帝	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 和好與盼望 9	心靈Brunch 146 職場的衝突	02:00	11:00
18:30	13:30		拾級就主 11 祈禱的特權	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 16 迦薩牆上的火焰	02:30	11:30
19:00	14:00	簡單品味8	拾級就主 11 祈禱的特權	個人佈道法 24 查經材料的來源	03:00	12:00
19:30	14:30	人類基本法 10 不可作假見證陷害人	動物有約7 對的鯨魚-露脊鯨的故事		03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 713 職場空汙與改善	安格 啟示錄 31	牧範學 28 領袖素質	04:00	13:00
20:30	15:30	好得無比的旅程 36 淘金熱			04:30	13:30
21:00	16:00	進入祂的聖所 2	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 和好與盼望 9	要健康就運動 883-884	05:00	14:00
21:30	16:30	人類基本法 8 不可姦淫		膝蓋的力量 51	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 和好與盼望 9	語取語求 31 聖所	安息日學-16年第2季 馬太福音 9 心靈偶像(並耶穌的其他教訓)	06:00	15:00
22:30	17:30	拾級就主 11 祈禱的特權	06:30		15:30	
23:00	18:00	耶穌說 17	動物有約7 對的鯨魚-露脊鯨的故事	蔬食go健康 654 馬來西亞肉骨茶	07:00	16:00
23:30	18:30	善惡之爭 6	健康新知 1040 癌症即時緩和醫療	心靈Brunch 147 產業的繼承	07:30	16:30
00:00	19:00	好得無比的旅程 37 大荒漠的畫家	聖工消息 2013第二季第1集(中) 2013第二季第1集(粵)	個人佈道法 25 與人查經的步驟	08:00	17:00
00:30	19:30	創世記一百講 20 我們需要第二個挪亞 2	語取語求 31 聖所		08:30	17:30
01:00	20:00	耶穌說 18	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 和好與盼望 9	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 17 超越常識的信仰	09:00	18:00
01:30	20:30		真道時刻 240 障礙重重	牧範學 29 強化領導	09:30	18:30
02:00	21:00	進入祂的聖所 1	每日生活良助 1 感化力	心靈Brunch 146 職場的衝突	10:00	19:00
02:30	21:30	善惡之爭 4		要健康就運動 885-886	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 711 咳血	每日生活良助 1 感化力	要健康就運動 885-886	11:00	20:00
03:30	22:30	簡單品味6	聖工消息 2013第二季第1集(中) 2013第二季第1集(粵)		11:30	20:30
04:00	23:00	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督	語取語求 31 聖所	安息日學-16年第2季 馬太福音 10 耶穌在耶路撒冷 膝蓋的力量 52	12:00	21:00
04:30	23:30	進入祂的聖所 2	健康新知 1040 癌症即時緩和醫療		12:30	21:30
05:00	00:00	好得無比的旅程 38 當世界破碎時	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督 和好與盼望 9	個人佈道法 26 抓住傳道的機會	13:00	22:00
05:30	00:30		語取語求 31 聖所		13:30	22:30
06:00	01:00	耶穌說 19	語取語求 31 聖所	要健康就運動 881-882	14:00	23:00
06:30	01:30	人類基本法 9 不可偷盜	安格 啟示錄 31		14:30	23:30
07:00	02:00	真道時刻 766 耶穌的童年和青年	拾級就主 11 祈禱的特權	心靈Brunch 146 職場的衝突	15:00	00:00
07:30	02:30		安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 16 迦薩牆上的火焰	15:30	00:30
08:00	03:00	創世記一百講 21 關上方舟門的上帝	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督	牧範學 30 目標管理	16:00	01:00
08:30	03:30		聖工消息 2013第二季第1集(中) 2013第二季第1集(粵)		16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 712 肋膜積水	2013第二季第1集(中) 2013第二季第1集(粵)	要健康就運動 883-884	17:00	02:00
09:30	04:30	善惡之爭 5	健康新知 1040 癌症即時緩和醫療	蔬食go健康 653 印度鷹嘴豆燉咖喱	17:30	02:30
10:00	05:00	好得無比的旅程 36 淘金熱	語取語求 31 聖所	安息日學-16年第2季 馬太福音 8 彼得與磐石	18:00	03:00
10:30	05:30	簡單品味7	拾級就主 11 安格	心靈Brunch 147 產業的繼承	18:30	03:30
11:00	06:00	安息日學-26年第1季 連結天與地： 進入祂的聖所 1	安格 啟示錄 31 動物有約7 對的鯨魚-露脊鯨的故事		19:00	04:00
11:30	06:30	健康新知 713 職場空汙與改善 創世記一百講 22 打開方舟門的上帝	真道時刻 240 障礙重重	膝蓋的力量 53	19:30	04:30
12:00	07:00			牧範學 28 領袖素質	20:00	05:00
12:30	07:30	要健康就運動 885-886	每日生活良助 1 安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督	蔬食go健康 654	20:30	05:30
13:00	08:00				21:00	06:00
13:30	08:30	簡單品味8	安息日學-26年第1季 連結天與地： 腓立比書和哥羅西書中的基督	個人佈道法 24 查經材料的來源	21:30	06:30
14:00	09:00				22:00	07:00
14:30	09:30	人類基本法 10	聖工消息 2013第二季第1集(中) 2013第二季第1集(粵)	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 17 超越常識的信仰	22:30	07:30
15:00	10:00	耶穌說 17			23:00	08:00
15:30	10:30	進入祂的聖所 2	健康新知 1040 癌症即時緩和醫療	心靈Brunch 148 謙卑	23:30	08:30

格林威治	美東	3月2日	3月3日	3月4日	時間	美西
GMT	EST	星期一	星期二	星期三	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日學-16年第2季 馬太福音 9 心靈偶像(並耶穌的其他教訓)	安息日學-16年第2季 馬太福音 10 耶穌在耶路撒冷	真道時刻 768 共觀福音書中的施洗約翰	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就運動 883-884	要健康就運動 885-886	耶穌說 20	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 654 馬來西亞肉骨茶	蔬食go健康 655 月亮蝦餅	好得無比的旅程 39 南極的競賽	01:30	10:30
18:00	13:00	心靈Brunch 147 產業的繼承	心靈Brunch 148 謙卑	創世記一百講 23 挪亞離開方舟後的第一件事	02:00	11:00
18:30	13:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 17 超越常識的信仰	豐富人生 121 奇蹟人生		02:30	11:30
19:00	14:00	個人佈道法 25 與人查經的步驟	個人佈道法 26 抓住傳道的機會	天國之旅-馬太福音 1 耶穌的家譜	03:00	12:00
19:30	14:30			健康B+醫 1 虐童與兒童的心理健康	03:30	12:30
20:00	15:00	牧範學 29 強化領導	牧範學 30 目標管理	健康新知 714 空汙健康的隱形殺手	04:00	13:00
20:30	15:30			好得無比的旅程 40 繽紛雪梨	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就運動 885-886	要健康就運動 881-882	進入祂的聖所 3	05:00	14:00
21:30	16:30	膝蓋的力量 52	膝蓋的力量 53	健康B+醫 2 如何擺脫亞健康	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日學-16年第2季 馬太福音 10 耶穌在耶路撒冷	安息日學-16年第2季 馬太福音 8 彼得與磐石	真道時刻 769 耶穌的受洗	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 655 月亮蝦餅	蔬食go健康 653 印度鷹嘴豆燉咖哩	耶穌說 21	07:00	16:00
23:30	18:30	心靈Brunch 148 謙卑	心靈Brunch 146 職場的衝突	士師風雲 1	07:30	16:30
00:00	19:00	個人佈道法 26 抓住傳道的機會	個人佈道法 24 查經材料的來源	好得無比的旅程 41 燈塔	08:00	17:00
00:30	19:30			創世記一百講 24 彩虹之約	08:30	17:30
01:00	20:00	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 16 荊棘樹上的火焰	豐富人生 121 奇蹟人生	耶穌說 22	09:00	18:00
01:30	20:30	牧範學 30 目標管理	牧範學 28 領袖素質		09:30	18:30
02:00	21:00			進入祂的聖所 4	10:00	19:00
02:30	21:30	心靈Brunch 140 謙卑的力量	心靈Brunch 147 謙卑的力量	士師風雲 2	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就運動 881-882	要健康就運動 883-884	健康新知 715 職業衛生與健康	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 653 印度鷹嘴豆燉咖哩	蔬食go健康 654 馬來西亞肉骨茶	天國之旅-馬太福音 2 猶太人的王	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日學-16年第2季 馬太福音 8 彼得與磐石	安息日學-16年第2季 馬太福音 9 心靈偶像(並耶穌的其他教訓)	真道時刻 768 共觀福音書中的施洗約翰	12:00	21:00
04:30	23:30	膝蓋的力量 53	膝蓋的力量 51	進入祂的聖所 5	12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30	個人佈道法 24 查經材料的來源	個人佈道法 25 與人查經的步驟	好得無比的旅程 39 南極的競賽	13:30	22:30
06:00	01:00			耶穌說 20	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就運動 883-884	要健康就運動 885-886	健康B+醫 3 如何防止暈厥	14:30	23:30
07:00	02:00	心靈Brunch 147 產業的繼承	心靈Brunch 148 謙卑	真道時刻 769 耶穌的受洗	15:00	00:00
07:30	02:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 17 超越常識的信仰	豐富人生 121 奇蹟人生	創世記一百講 25 挪亞洪水未能淹沒的罪	15:30	00:30
08:00	03:00	牧範學 28 領袖素質	牧範學 29 強化領導		16:00	01:00
08:30	03:30			健康新知 716 高度近視併發症	16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就運動 885-886	要健康就運動 881-882	健康新知 716 高度近視併發症	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 654 馬來西亞肉骨茶	蔬食go健康 655 月亮蝦餅	士師風雲 3	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日學-16年第2季 馬太福音 9 心靈偶像(並耶穌的其他教訓)	安息日學-16年第2季 馬太福音 10 耶穌在耶路撒冷	好得無比的旅程 40 繽紛雪梨	18:00	03:00
10:30	05:30	心靈Brunch 140 謙卑的力量	耶穌在耶路撒冷 心靈Brunch 148 謙卑的力量	天國之旅-馬太福音 3 真道時刻 768	18:30	03:30
11:00	06:00			共觀福音書中的施洗約翰	19:00	04:00
11:30	06:30	膝蓋的力量 51	膝蓋的力量 52	進入祂的聖所 3	19:30	04:30
12:00	07:00			健康新知 714 空汙健康的隱形殺手	20:00	05:00
12:30	07:30	牧範學 29 強化領導	牧範學 30 目標管理	創世記一百講 23 挪亞離開方舟後的第一件事	20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就運動 881-882	要健康就運動 883-884	天國之旅-馬太福音 1 耶穌的家譜	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 655	蔬食go健康 653	耶穌說 21	21:30	06:30
14:00	09:00	個人佈道法 25 與人查經的步驟	個人佈道法 26 抓住傳道的機會	健康B+醫 1	22:00	07:00
14:30	09:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 16 荊棘樹上的火焰	豐富人生 121 奇蹟人生	耶穌說 21	22:30	07:30
15:00	10:00				23:00	08:00
15:30	10:30	心靈Brunch 146 職場的衝突	心靈Brunch 147 產業的繼承	進入祂的聖所 4	23:30	08:30