

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		要健康就運動 881-882	01:00	10:00
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 印度鷹嘴豆燉咖哩	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			與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 16 甜酸樹上的火焰	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		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	耶穌說 18		牧範學 29 強化領導	09:30	18:30
02:00	21:00	進入祂的聖所 1	真道時刻 240 障礙重重		10:00	19:00
02:30	21:30	善惡之爭 4		心靈Brunch 146 職場的衝突	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)	蔬食go健康 655 月亮蝦餅	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 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 10 耶穌在耶路撒冷	12:00	21:00
04:30	23:30		健康新知 1040 癌症即時緩和和醫療	膝蓋的力量 52	12:30	21:30
05:00	00:00	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		13:00	22:00
05:30	00:30	好得無比的旅程 38 當世界破碎時		個人佈道法 26 抓住傳道的機會	13:30	22:30
06:00	01:00	耶穌說 19	語取語求 31 聖所		14:00	23:00
06:30	01:30	人類基本法 9 不可偷盜	安格 啟示錄 31	要健康就運動 881-882	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 和好與盼望 9	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 16 甜酸樹上的火焰	15:30	00:30
08:00	03:00	創世記一百講 21 關上方舟門的上帝	聖工消息 2013第二季第1集(中) 2013第二季第1集(粵)		16:00	01:00
08:30	03:30		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 和好與盼望 9	牧範學 30 目標管理	16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 712 肋膜炎		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 癌症即時緩和和醫療	蔬食go健康 653 印度鷹嘴豆燉咖哩	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	心靈的衝突 147 查經的步驟	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 和好與盼望 9	安格 啟示錄 31	膝蓋的力量 53	19:00	04:00
11:30	06:30		動物有約7 對的鯨魚-露脊鯨的故事		19:30	04:30
12:00	07:00	進入祂的聖所 1		牧範學 28 領袖素質	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 713 職場空汙與改善	真道時刻 240 障礙重重		20:30	05:30
13:00	08:00	創世記一百講 22 打開方舟門的上帝	每日生活良助 1 感化力	要健康就運動 885-886	21:00	06:00
13:30	08:30		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 和好與盼望 9	蔬食go健康 654	21:30	06:30
14:00	09:00	簡單品味8		個人佈道法 24 查經材料的來源	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)		22:30	07:30
15:00	10:00	耶穌說 17		與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 17 超越常識的信仰	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	BST	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 慮童與兒童的心理健康	03:30
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 空汗健康的隱形殺手 好得無比的旅程 40 繽紛悉尼	04:00	13:00
20:30	15:30				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
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	心靈Brunch 146 傳道的機會	心靈Brunch 147 傳道的機會	進入祂的聖所 4	10:00	19:00
02:30	21:30				士師風雲 2	10:30
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
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		15:30	00:30
08:00	03:00	牧範學 28 領袖素質	牧範學 29 強化領導	創世記一百講 25 挪亞洪水未能淹沒的罪	16:00	01:00
08:30	03:30				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 繽紛悉尼	18:00	03:00
10:30	05:30	心靈Brunch 146 傳道的機會	心靈Brunch 148 傳道的機會	天國之旅-馬太福音 3 真道時刻 768	18:30	03:30
11:00	06:00				19:00	04:00
11:30	06:30	膝蓋的力量 51	膝蓋的力量 52	共觀福音書中的施洗約翰	19:30	04:30
12:00	07:00				20:00	05:00
12:30	07:30	牧範學 29 強化領導	牧範學 30 目標管理	進入祂的聖所 3	20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就運動 881-882	要健康就運動 883-884	創世記一百講 23 挪亞離開方舟後的第一件事	21:00	06:00
13:30	08:30				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	天國之旅-馬太福音 1 耶穌的家譜	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	健康B+醫 1	22:30	07:30
15:00	10:00				耶穌說 21	23:00
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

格林威治	美東	3月5日	3月6日	3月7日	時間	美西
GMT	BST	星期四	星期五	星期六	Beijing	PST
16:00	11:00	真道時刻 769 耶穌的受洗	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 在基督裡完全 10	健康新知 1041 藝術治療顯健康防失智	00:00	09:00
16:30	11:30			真道時刻 241 祂關注你	00:30	09:30
17:00	12:00	耶穌說 21	耶穌說 22		01:00	10:00
17:30	12:30	好得無比的旅程 40 繽紛雪梨	好得無比的旅程 41 燈塔	每日生活良助 2 試煉的訓練之功	01:30	10:30
18:00	13:00	創世紀一百講 24 彩虹之約	創世紀一百講 25 挪亞洪水未能淹沒的罪	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 在基督裡完全 10	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	天國之旅-馬太福音 2 猶太人的王	天國之旅-馬太福音 3 天國近了	拾級就主 12 怎樣對付疑惑	03:00	12:00
19:30	14:30	健康B+醫 2 如何擺脫亞健康	健康B+醫 3 如何防止羣厥	動物有約8 野生大貓的重生	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 715 職業衛生與健康	健康新知 716 高度近視併發症	安格 啟示錄 32	04:00	13:00
20:30	15:30	好得無比的旅程 41 燈塔	好得無比的旅程 39 南極的競賽		04:30	13:30
21:00	16:00	進入祂的聖所 4	進入祂的聖所 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 在基督裡完全 10	05:00	14:00
21:30	16:30	健康B+醫 3 如何防止羣厥	健康B+醫 1 唐童與兒童的心理健康		05:30	14:30
22:00	17:00	真道時刻 768 共觀福音書中的施洗約翰	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 在基督裡完全 10	語取語求 32 再談聖所	06:00	15:00
22:30	17:30			拾級就主 12 怎樣對付疑惑	06:30	15:30
23:00	18:00	耶穌說 22	耶穌說 20	動物有約8 野生大貓的重生	07:00	16:00
23:30	18:30	士節風雲 2	士節風雲 3	健康新知 1041 藝術治療顯健康防失智	07:30	16:30
00:00	19:00	好得無比的旅程 39 南極的競賽	好得無比的旅程 40 繽紛雪梨	聖工消息 2013第二季第2集(中) 2013第二季第2集(粵)	08:00	17:00
00:30	19:30	創世紀一百講 25 挪亞洪水未能淹沒的罪	創世紀一百講 23 挪亞離開方舟後的第一件事	語取語求 32 再談聖所	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 在基督裡完全 10	09:00	18:00
01:30	20:30	耶穌說 20	耶穌說 21		09:30	18:30
02:00	21:00	進入祂的聖所 5	進入祂的聖所 3	真道時刻 241 祂關注你	10:00	19:00
02:30	21:30	士節風雲 3	士節風雲 1		10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 716 高度近視併發症	健康新知 714 空汙健康的隱形殺手	每日生活良助 2 試煉的訓練之功	11:00	20:00
03:30	22:30	天國之旅-馬太福音 3 天國近了	天國之旅-馬太福音 1 耶穌的家譜	聖工消息 2013第二季第2集(中) 2013第二季第2集(粵)	11:30	20:30
04:00	23:00	真道時刻 769 耶穌的受洗	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 在基督裡完全 10	語取語求 32 再談聖所	12:00	21:00
04:30	23:30			健康新知 1041 藝術治療顯健康防失智	12:30	21:30
05:00	00:00	進入祂的聖所 3	進入祂的聖所 4	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 在基督裡完全 10	13:00	22:00
05:30	00:30	好得無比的旅程 40 繽紛雪梨	好得無比的旅程 41 燈塔		13:30	22:30
06:00	01:00	耶穌說 21	耶穌說 22	語取語求 32 再談聖所	14:00	23:00
06:30	01:30	健康B+醫 1 唐童與兒童的心理健康	健康B+醫 2 如何擺脫亞健康	安格 啟示錄 32	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 在基督裡完全 10	真道時刻 768 共觀福音書中的施洗約翰		15:00	00:00
07:30	02:30	創世紀一百講 23 挪亞離開方舟後的第一件事	創世紀一百講 24 彩虹之約	拾級就主 12 怎樣對付疑惑	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 在基督裡完全 10	16:00	01:00
08:30	03:30			腓立比書和哥羅西書中的基督 在基督裡完全 10	16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 714 空汙健康的隱形殺手	健康新知 715 職業衛生與健康	聖工消息 2013第二季第2集(中) 2013第二季第2集(粵)	17:00	02:00
09:30	04:30	士節風雲 1	士節風雲 2	健康新知 1041 藝術治療顯健康防失智	17:30	02:30
10:00	05:00	好得無比的旅程 41 燈塔	好得無比的旅程 39 南極的競賽	語取語求 32 再談聖所	18:00	03:00
10:30	05:30	天國之旅-馬太福音 1 耶穌的家譜	天國之旅-馬太福音 2 猶太人的王	拾級就主 12 怎樣對付疑惑	18:30	03:30
11:00	06:00	真道時刻 769 耶穌的受洗	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 在基督裡完全 10	安格 啟示錄 32	19:00	04:00
11:30	06:30				19:30	04:30
12:00	07:00	進入祂的聖所 4	進入祂的聖所 5	動物有約8 野生大貓的重生	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 715 職業衛生與健康	健康新知 716 高度近視併發症	真道時刻 241 祂關注你	20:30	05:30
13:00	08:00	創世紀一百講 24 彩虹之約	創世紀一百講 25 挪亞洪水未能淹沒的罪	每日生活良助 2 試煉的訓練之功	21:00	06:00
13:30	08:30			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 在基督裡完全 10	22:00	07:00
14:00	09:00	天國之旅-馬太福音 2 猶太人的王	天國之旅-馬太福音 3 天國近了		22:30	07:30
14:30	09:30	健康B+醫 2 如何擺脫亞健康	健康B+醫 3 如何防止羣厥	聖工消息 2013第二季第2集(中) 2013第二季第2集(粵)	23:00	08:00
15:00	10:00	耶穌說 22	耶穌說 20	健康新知 1041 藝術治療顯健康防失智	23:30	08:30

格林威治	美東	3月8日	3月9日	3月10日	時間	美西
GMT	EST	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 11 末日大事	安息日學-16年第2季 馬太福音 12 耶穌最後的日子	安息日學-16年第2季 馬太福音 13 被釘與復活	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就運動 887-888	要健康就運動 889-890	要健康就運動 891-892	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 656 華爾道夫沙拉	蔬食go健康 657 墨西哥捲餅	蔬食go健康 658 日式蕎麥涼麵	01:30	10:30
18:00	13:00	心靈Brunch 149 親子間互動的藝術	心靈Brunch 150 被保護的珍寶	心靈Brunch 151 兩個特殊的能力	02:00	11:00
18:30	13:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 18 摩西的領導力	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 19 亞倫的功與過	豐富人生 123 奇異之旅	02:30	11:30
19:00	14:00	個人佈道法 27 勸人歸主的懇求	個人佈道法 28 助人決心歸主-1	個人佈道法 29 助人決心歸主-2	03:00	12:00
19:30	14:30				03:30	12:30
20:00	15:00	牧範學 31 問題處理	牧範學 32 維護真道	牧範學 33 教會模式	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就運動 889-890	要健康就運動 891-892	要健康就運動 887-888	05:00	14:00
21:30	16:30	膝蓋的力量 54	膝蓋的力量 55	膝蓋的力量 56	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日學-16年第2季 馬太福音 12 耶穌最後的日子	安息日學-16年第2季 馬太福音 13 被釘與復活	安息日學-16年第2季 馬太福音 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 墨西哥捲餅	蔬食go健康 658 日式蕎麥涼麵	蔬食go健康 656 華爾道夫沙拉	07:00	16:00
23:30	18:30	心靈Brunch 150 被保護的珍寶	心靈Brunch 151 兩個特殊的能力	心靈Brunch 149 親子間互動的藝術	07:30	16:30
00:00	19:00	個人佈道法 28 助人決心歸主-1	個人佈道法 29 助人決心歸主-2	個人佈道法 27 勸人歸主的懇求	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 19 亞倫的功與過	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 19	豐富人生 123 奇異之旅	09:00	18:00
01:30	20:30	牧範學 32 維護真道	牧範學 33 教會模式	牧範學 31 問題處理	09:30	18:30
02:00	21:00				10:00	19:00
02:30	21:30	心靈Brunch 151 親子間互動的藝術	心靈Brunch 149 親子間互動的藝術	心靈Brunch 150 被保護的珍寶	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就運動 891-892	要健康就運動 887-888	要健康就運動 889-890	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 658 日式蕎麥涼麵	蔬食go健康 656 華爾道夫沙拉	蔬食go健康 657 墨西哥捲餅	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日學-16年第2季 馬太福音 13 被釘與復活	安息日學-16年第2季 馬太福音 11 末日大事	安息日學-16年第2季 馬太福音 12 耶穌最後的日子	12:00	21:00
04:30	23:30	膝蓋的力量 55	膝蓋的力量 56	膝蓋的力量 54	12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30	個人佈道法 29 助人決心歸主-2	個人佈道法 27 勸人歸主的懇求	個人佈道法 28 助人決心歸主-1	13:30	22:30
06:00	01:00				14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就運動 887-888	要健康就運動 889-890	要健康就運動 891-892	14:30	23:30
07:00	02:00	心靈Brunch 149 親子間互動的藝術	心靈Brunch 150 被保護的珍寶	心靈Brunch 151 兩個特殊的能力	15:00	00:00
07:30	02:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 18	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 19 亞倫的功與過	豐富人生 123 奇異之旅	15:30	00:30
08:00	03:00	牧範學 33 教會模式	牧範學 31 問題處理	牧範學 32 維護真道	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就運動 889-890	要健康就運動 891-892	要健康就運動 887-888	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 656 華爾道夫沙拉	蔬食go健康 657 墨西哥捲餅	蔬食go健康 658 日式蕎麥涼麵	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日學-16年第2季 馬太福音 11 末日大事	安息日學-16年第2季 馬太福音 12 耶穌最後的日子	安息日學-16年第2季 馬太福音 13 被釘與復活	18:00	03:00
10:30	05:30	心靈Brunch 150 親子間互動的藝術	心靈Brunch 151 被保護的珍寶	心靈Brunch 149 親子間互動的藝術	18:30	03:30
11:00	06:00				19:00	04:00
11:30	06:30	膝蓋的力量 56	膝蓋的力量 54	膝蓋的力量 55	19:30	04:30
12:00	07:00	牧範學 31 問題處理	牧範學 32 維護真道	牧範學 33 教會模式	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就運動 891-892	要健康就運動 887-888	要健康就運動 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	個人佈道法 27 勸人歸主的懇求	個人佈道法 28 助人決心歸主-1	個人佈道法 29 助人決心歸主-2	22:00	07:00
14:30	09:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 19 亞倫的功與過	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 18 摩西的領導力	豐富人生 123 奇異之旅	22:30	07:30
15:00	10:00				23:00	08:00
15:30	10:30	心靈Brunch 151 兩個特殊的能力	心靈Brunch 149 親子間互動的藝術	心靈Brunch 150 被保護的珍寶	23:30	08:30

格林威治	美東	3月11日	3月12日	3月13日	時間	美西
GMT	EST	星期三	星期四	星期五	Beijing	PST
16:00	11:00	真道時刻 770 耶穌受試探	真道時刻 771 耶穌事工的開始	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 與基督同活 11	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	耶穌說 23	耶穌說 24	耶穌說 25	01:00	10:00
17:30	12:30	好得無比的旅程 42 科科達的英雄	好得無比的旅程 43 讓金錢物有所值	好得無比的旅程 44 神秘的巴布亞新幾內亞木乃伊	01:30	10:30
18:00	13:00	創世記一百講 26 一個需要上帝的世界	創世記一百講 27 合一的力量	創世記一百講 28 讓祝福流成河	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	天國之旅-馬太福音 4 耶穌受試探	天國之旅-馬太福音 5 天國的品格	天國之旅-馬太福音 6 像天父完全	03:00	12:00
19:30	14:30	健康E+醫 4 血壓控制	健康E+醫 5 腎臟健康	健康E+醫 6 如何保護骨關節	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 717 小心眼中風	健康新知 718 遠離痠痛	健康新知 719 健康自誇來	04:00	13:00
20:30	15:30	好得無比的旅程 43 讓金錢物有所值	好得無比的旅程 44 神秘的巴布亞新幾內亞木乃伊	好得無比的旅程 42 科科達的英雄	04:30	13:30
21:00	16:00	進入祂的聖所 6	進入祂的聖所 7	進入祂的聖所 8	05:00	14:00
21:30	16:30	健康E+醫 5 腎臟健康	健康E+醫 6 如何保護骨關節	健康E+醫 4 血壓控制	05:30	14:30
22:00	17:00	真道時刻 771 耶穌事工的開始	真道時刻 770 耶穌受試探	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 與基督同活 11	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	耶穌說 24	耶穌說 25	耶穌說 23	07:00	16:00
23:30	18:30	士師風雲 4	士師風雲 5	士師風雲 6	07:30	16:30
00:00	19:00	好得無比的旅程 44 神秘的巴布亞新幾內亞木乃伊	好得無比的旅程 42 科科達的英雄	好得無比的旅程 43 讓金錢物有所值	08:00	17:00
00:30	19:30	創世記一百講 27 合一的力量	創世記一百講 28 讓祝福流成河	創世記一百講 26 一個需要上帝的世界	08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	耶穌說 25	耶穌說 23	耶穌說 24	09:30	18:30
02:00	21:00	進入祂的聖所 7	進入祂的聖所 8	進入祂的聖所 6	10:00	19:00
02:30	21:30	士師風雲 5	士師風雲 6	士師風雲 4	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 718 遠離痠痛	健康新知 719 健康自誇來	健康新知 717 小心眼中風	11:00	20:00
03:30	22:30	天國之旅-馬太福音 5 天國的品格	天國之旅-馬太福音 6 像天父完全	天國之旅-馬太福音 4 耶穌受試探	11:30	20:30
04:00	23:00	真道時刻 770 耶穌受試探	真道時刻 771 耶穌事工的開始	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 與基督同活 11	12:00	21:00
04:30	23:30	進入祂的聖所 8	進入祂的聖所 6	進入祂的聖所 7	12:30	21:30
05:00	00:00	好得無比的旅程 42 科科達的英雄	好得無比的旅程 43 讓金錢物有所值	好得無比的旅程 44 神秘的巴布亞新幾內亞木乃伊	13:00	22:00
05:30	00:30	耶穌說 23	耶穌說 24	耶穌說 25	13:30	22:30
06:00	01:00	耶穌說 23	耶穌說 24	耶穌說 25	14:00	23:00
06:30	01:30	健康E+醫 6 如何保護骨關節	健康E+醫 4 血壓控制	健康E+醫 5 腎臟健康	14:30	23:30
07:00	02:00	真道時刻 771 耶穌事工的開始	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 與基督同活 11	真道時刻 770 耶穌受試探	15:00	00:00
07:30	02:30	創世記一百講 28 讓祝福流成河	創世記一百講 26 一個需要上帝的世界	創世記一百講 27 合一的力量	15:30	00:30
08:00	03:00	創世記一百講 28 讓祝福流成河	創世記一百講 26 一個需要上帝的世界	創世記一百講 27 合一的力量	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 719 健康自誇來	健康新知 717 小心眼中風	健康新知 718 遠離痠痛	17:00	02:00
09:30	04:30	士師風雲 6	士師風雲 4	士師風雲 5	17:30	02:30
10:00	05:00	好得無比的旅程 43 讓金錢物有所值	好得無比的旅程 44 神秘的巴布亞新幾內亞木乃伊	好得無比的旅程 42 科科達的英雄	18:00	03:00
10:30	05:30	天國之旅-馬太福音 6	天國之旅-馬太福音 4	天國之旅-馬太福音 5	18:30	03:30
11:00	06:00	真道時刻 770 耶穌受試探	真道時刻 771 耶穌事工的開始	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 與基督同活 11	19:00	04:00
11:30	06:30	進入祂的聖所 6	進入祂的聖所 7	進入祂的聖所 8	19:30	04:30
12:00	07:00	健康新知 717 小心眼中風	健康新知 718 遠離痠痛	健康新知 719 健康自誇來	20:00	05:00
12:30	07:30	創世記一百講 26 一個需要上帝的世界	創世記一百講 27 合一的力量	創世記一百講 28 讓祝福流成河	20:30	05:30
13:00	08:00	天國之旅-馬太福音 4 耶穌受試探	天國之旅-馬太福音 5 天國的品格	天國之旅-馬太福音 6 像天父完全	21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	健康E+醫 4 耶穌說 24	健康E+醫 5 耶穌說 25	健康E+醫 6 耶穌說 23	22:00	07:00
14:30	09:30	耶穌說 24	耶穌說 25	耶穌說 23	22:30	07:30
15:00	10:00	進入祂的聖所 7	進入祂的聖所 8	進入祂的聖所 6	23:00	08:00
15:30	10:30	進入祂的聖所 7	進入祂的聖所 8	進入祂的聖所 6	23:30	08:30

格林威治		美東		3月14日		3月15日		3月16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 1042 藝術治療對失智及家屬情緒支持		安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 1 萬物復興		安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 2 恢復統治權(主權)		00:00	09:00				
16:30	11:30	真道時刻 242 祢叫什麼		要健康就運動 893-894		要健康就運動 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 上帝的計劃是最好的		蔬食go健康 659 宜蘭米粉羹		蔬食go健康 660 浦燒素鰻魚		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 與基督同活 11		心靈Brunch 152 自助 人助 天助		心靈Brunch 153 公事私事先誰先後		02:00	11:00				
18:30	13:30	腓立比書和哥羅西書中的基督 與基督同活 11		與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 20 我們立刻上去得那地吧		與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 21		02:30	11:30				
19:00	14:00	拾級就主 13 在主裡喜樂		個人佈道法 30 助人決心歸主-3		個人佈道法 31 助人決心歸主-4		03:00	12:00				
19:30	14:30	動物有約9 海洋與你						03:30	12:30				
20:00	15:00	安格 啟示錄 33		牧範學 34 強化教會		牧範學 35 八步教靈-1		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: 腓立比書和哥羅西書中的基督 與基督同活 11		要健康就運動 895-896		要健康就運動 897-898		05:00	14:00				
21:30	16:30	腓立比書和哥羅西書中的基督 與基督同活 11		膝蓋的力量 57		膝蓋的力量 58		05:30	14:30				
22:00	17:00	語取語求 33 祭司在聖所		安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 2 恢復統治權(主權)		安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 3 (舊約)中的公平與憐憫:第一部分		06:00	15:00				
22:30	17:30	拾級就主 13 在主裡喜樂						06:30	15:30				
23:00	18:00	動物有約9 海洋與你		蔬食go健康 660 浦燒素鰻魚		蔬食go健康 661 魚香烘蛋		07:00	16:00				
23:30	18:30	健康新知 1042 藝術治療對失智及家屬情緒支持		心靈Brunch 153 公事私事先誰先後		心靈Brunch 154 去留之間		07:30	16:30				
00:00	19:00	聖工消息 2013第二季第3集(中) 2013第二季第3集(粵)		個人佈道法 31 助人決心歸主-4		個人佈道法 32 助人決心歸主-5		08:00	17:00				
00:30	19:30	語取語求 33 祭司在聖所						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 與基督同活 11		與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 21		與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 20 我們立刻上去得那地吧		09:00	18:00				
01:30	20:30	腓立比書和哥羅西書中的基督 與基督同活 11		牧範學 35 八步教靈-1		牧範學 36 八步教靈-2		09:30	18:30				
02:00	21:00	真道時刻 242 祢叫什麼		心靈Brunch 154 自助 人助 天助		心靈Brunch 152 自助 人助 天助		10:00	19:00				
02:30	21:30	每日生活良助 3 上帝的計劃是最好的		要健康就運動 897-898		要健康就運動 893-894		10:30	19:30				
03:00	22:00	聖工消息 2013第二季第3集(中) 2013第二季第3集(粵)		蔬食go健康 661 魚香烘蛋		蔬食go健康 659 宜蘭米粉羹		11:00	20:00				
03:30	22:30	語取語求 33 祭司在聖所		安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 3 (舊約)中的公平與憐憫:第一部分		安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 1 萬物復興		11:30	20:30				
04:00	23:00	健康新知 1042 藝術治療對失智及家屬情緒支持		膝蓋的力量 58		膝蓋的力量 59		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 與基督同活 11		個人佈道法 32 助人決心歸主-5		個人佈道法 30 助人決心歸主-3		12:30	21:30				
05:00	00:00	語取語求 33 祭司在聖所						13:00	22:00				
05:30	00:30	腓立比書和哥羅西書中的基督 與基督同活 11		要健康就運動 893-894		要健康就運動 895-896		13:30	22:30				
06:00	01:00	安格 啟示錄 33		心靈Brunch 152 自助 人助 天助		心靈Brunch 153 公事私事先誰先後		14:00	23:00				
06:30	01:30	拾級就主 13 在主裡喜樂		與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 20 我們立刻上去得那地吧		與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 21		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 與基督同活 11		牧範學 36 八步教靈-2		牧範學 34 強化教會		15:00	00:00				
07:30	02:30	聖工消息 2013第二季第3集(中) 2013第二季第3集(粵)		要健康就運動 895-896		要健康就運動 897-898		15:30	00:30				
08:00	03:00	健康新知 1042 藝術治療對失智及家屬情緒支持		蔬食go健康 659 宜蘭米粉羹		蔬食go健康 660 浦燒素鰻魚		16:00	01:00				
08:30	03:30	語取語求 33 祭司在聖所		安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 1 萬物復興		安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 2 恢復統治權(主權)		16:30	01:30				
09:00	04:00	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 與基督同活 11		心靈Brunch 155 自助 人助 天助		心靈Brunch 154 自助 人助 天助		17:00	02:00				
09:30	04:30	真道時刻 242 祢叫什麼		膝蓋的力量 59		膝蓋的力量 57		17:30	02:30				
10:00	05:00	每日生活良助 3 上帝的計劃是最好的		牧範學 34 強化教會		牧範學 35 八步教靈-1		18:00	03:00				
10:30	05:30	語取語求 33 祭司在聖所		要健康就運動 897-898		要健康就運動 893-894		18:30	03:30				
11:00	06:00	拾級就主 13 在主裡喜樂		蔬食go健康 660		蔬食go健康 661		19:00	04:00				
11:30	06:30	安格 啟示錄 33						19:30	04:30				
12:00	07:00	動物有約9 海洋與你						20:00	05:00				
12:30	07:30	真道時刻 242 祢叫什麼						20:30	05:30				
13:00	08:00	每日生活良助 3 上帝的計劃是最好的						21:00	06:00				
13:30	08:30	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 與基督同活 11		個人佈道法 30 助人決心歸主-3		個人佈道法 31 助人決心歸主-4		21:30	06:30				
14:00	09:00	語取語求 33 祭司在聖所		與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 21 豎起你信仰的豐碑		與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 20 我們立刻上去得那地吧		22:00	07:00				
14:30	09:30	腓立比書和哥羅西書中的基督 與基督同活 11		心靈Brunch 154 去留之間		心靈Brunch 152 自助 人助 天助		22:30	07:30				
15:00	10:00	聖工消息 2013第二季第3集(中) 2013第二季第3集(粵)						23:00	08:00				
15:30	10:30	健康新知 1042 藝術治療對失智及家屬情緒支持						23:30	08:30				

格林威治	美東	3月17日	3月18日	3月19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3季 教會在社會中的角色 3 (舊約)中的公平與憐憫:第一部分	真道時刻 772 耶穌呼召門徒	真道時刻 773 山上寶訓	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就運動 897-898	耶穌說 26	耶穌說 27	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 661 魚香烘蛋	好得無比的旅程 45 夢想破碎時	好得無比的旅程 46 受迫害的醫療先鋒	01:30	10:30
18:00	13:00	心靈Brunch 154 去留之間	創世記一百講 30 上帝的呼召就是創造的開始	創世記一百講 31 亞伯拉罕的失敗	02:00	11:00
18:30	13:30	豐富人生 127 奇妙的引領			02:30	11:30
19:00	14:00	個人佈道法 32 助人決心歸主-5	天國之旅-馬太福音 7 遵父旨意	天國之旅-馬太福音 8 當耶穌...	03:00	12:00
19:30	14:30		健康B+醫 7 珍愛生命 遠離酒精	健康B+醫 8 二手煙的危害	03:30	12:30
20:00	15:00	牧範學 36 八步救靈-2	健康新知 720 冠狀動脈疾病	健康新知 721 心律不整	04:00	13:00
20:30	15:30		好得無比的旅程 46 受迫害的醫療先鋒	好得無比的旅程 47 但以理一章 被俘	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就運動 893-894	進入祂的聖所 9	進入祂的聖所 10	05:00	14:00
21:30	16:30	膝蓋的力量 59	健康B+醫 8 二手煙的危害	健康B+醫 9 白領健康狀況	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 1 萬物復興	真道時刻 773 山上寶訓	真道時刻 772 耶穌呼召門徒	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 659 宜蘭米粉羹	耶穌說 27	耶穌說 28	07:00	16:00
23:30	18:30	心靈Brunch 152 自助 人助 天助	士師風雲 7	士師風雲 8	07:30	16:30
00:00	19:00	個人佈道法 30 助人決心歸主-3	好得無比的旅程 47 但以理一章 被俘	好得無比的旅程 45 夢想破碎時	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	豐富人生 127 奇妙的引領	創世記一百講 31 亞伯拉罕的失敗	創世記一百講 32 視覺人羅得與心覺人亞伯拉罕	09:00	18:00
01:30	20:30	牧範學 34 強化教會	耶穌說 28	耶穌說 26	09:30	18:30
02:00	21:00	心靈Brunch 153 公事私事先誰先後	進入祂的聖所 10	進入祂的聖所 11	10:00	19:00
02:30	21:30		士師風雲 8	士師風雲 9	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就運動 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 蒲燒素鰻魚	天國之旅-馬太福音 8 當耶穌...	天國之旅-馬太福音 9 三重神蹟	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 2 恢復統治權(主權)	真道時刻 772 耶穌呼召門徒	真道時刻 773 山上寶訓	12:00	21:00
04:30	23:30	膝蓋的力量 57	進入祂的聖所 11	進入祂的聖所 9	12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30	個人佈道法 31 助人決心歸主-4	好得無比的旅程 45 夢想破碎時	好得無比的旅程 46 受迫害的醫療先鋒	13:30	22:30
06:00	01:00				耶穌說 26	耶穌說 27
06:30	01:30	要健康就運動 897-898	健康B+醫 9 白領健康狀況	健康B+醫 7 珍愛生命 遠離酒精 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 與人相處 12	14:30	23:30
07:00	02:00	心靈Brunch 154 去留之間	真道時刻 773 山上寶訓	創世記一百講 30 上帝的呼召就是創造的開始	15:00	00:00
07:30	02:30	豐富人生 127 奇妙的引領	耶穌呼召門徒		15:30	00:30
08:00	03:00	牧範學 35 八步救靈-1	創世記一百講 32 視覺人羅得與心覺人亞伯拉罕	創世記一百講 30 上帝的呼召就是創造的開始	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就運動 893-894	健康新知 722 用心吃享瘦一下	健康新知 720 冠狀動脈疾病	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 661 魚香烘蛋	士師風雲 9	士師風雲 7	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 3 (舊約)中的公平與憐憫:第一部分	好得無比的旅程 46 受迫害的醫療先鋒	好得無比的旅程 47 但以理一章 被俘	18:00	03:00
10:30	05:30	心靈Brunch 152	天國之旅-馬太福音 9 真道時刻 772 耶穌呼召門徒	天國之旅-馬太福音 7 真道時刻 773 山上寶訓	18:30	03:30
11:00	06:00				19:00	04:00
11:30	06:30	膝蓋的力量 58	耶穌呼召門徒	山上寶訓	19:30	04:30
12:00	07:00	牧範學 36 八步救靈-2	進入祂的聖所 9 健康新知 720 冠狀動脈疾病	進入祂的聖所 10 健康新知 721 心律不整	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就運動 895-896	創世記一百講 30	創世記一百講 31	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 659	上帝的呼召就是創造的開始	亞伯拉罕的失敗	21:30	06:30
14:00	09:00	個人佈道法 32 助人決心歸主-5	天國之旅-馬太福音 7 遵父旨意	天國之旅-馬太福音 8 當耶穌...	22:00	07:00
14:30	09:30		健康B+醫 7	健康B+醫 8	22:30	07:30
15:00	10:00	豐富人生 127 奇妙的引領	耶穌說 27	耶穌說 28	23:00	08:00
15:30	10:30	心靈Brunch 153 公事私事先誰先後	進入祂的聖所 10	進入祂的聖所 11	23:30	08:30

格林威治	美東	3月20日	3月21日	3月22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 與人相處 12	健康新知 1043 你居住的家安全嗎	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 4 (舊約)中的公平與憐憫：第二部分	00:00	09:00
16:30	11:30		真道時刻 243 他們必聽		00:30	09:30
17:00	12:00	耶穌說 28		要健康就運動 899-900	01:00	10:00
17:30	12:30	好得無比的旅程 47 但以理一章 被俘	每日生活良助 4 摩西一生的教訓	蔬食go健康 662 豆瓣炒筍筍	01:30	10:30
18:00	13:00	創世記一百一十 32 視覺人羅得與心覺人亞伯拉罕	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 與人相處 12	心靈Brunch 155 不平凡中的平凡人	02:00	11:00
18:30	13:30		全新的禱告1 全新的角度	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 22 經歷上帝話語的大能	02:30	11:30
19:00	14:00	天國之旅-馬太福音 9 三重神蹟		個人佈道法 33 查考聖經示範-1	03:00	12:00
19:30	14:30	健康B+醫 9 白領健康狀況	動物有約10 伊甸鳥園		03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 722 用心吃享瘦一下	安格 啟示錄 34	牧範學 37 八步教量-3	04:00	13:00
20:30	15:30	好得無比的旅程 45 夢想破碎時			04:30	13:30
21:00	16:00	進入祂的聖所 11	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 與人相處 12	要健康就運動 901-902	05:00	14:00
21:30	16:30	健康B+醫 7 珍愛生命 遠離酒精	語取語求 34 贖罪日	謙蓋的力量 60	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 與人相處 12			06:00	15:00
22:30	17:30		全新的禱告1 全新的角度	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 5 耶穌在社會中的對外佈道	06:30	15:30
23:00	18:00	耶穌說 26	動物有約10 伊甸鳥園	蔬食go健康 663 夫妻肺片	07:00	16:00
23:30	18:30	士師風雲 9	健康新知 1043 你居住的家安全嗎	心靈Brunch 155 不平凡中的平凡人	07:30	16:30
00:00	19:00	好得無比的旅程 46 受迫害的醫療先鋒	聖工消息 2013第三季第1集(中) 2013第三季第1集(粵)	個人佈道法 34 查考聖經示範-2	08:00	17:00
00:30	19:30	創世記一百一十 30 上帝的呼召就是創造的開始	語取語求 34 贖罪日		08:30	17:30
01:00	20:00	耶穌說 27	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 與人相處 12	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 23 真實與謊言	09:00	18:00
01:30	20:30		真道時刻 243 他們必聽	09:30	18:30	
02:00	21:00	進入祂的聖所 9	每日生活良助 4 摩西一生的教訓	牧範學 38 八步教量-4	10:00	19:00
02:30	21:30	士師風雲 7		心靈Brunch 155 不平凡中的平凡人	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 720 冠狀動脈疾病	每日生活良助 4 摩西一生的教訓	要健康就運動 903-904	11:00	20:00
03:30	22:30	天國之旅-馬太福音 7 遵父旨意	聖工消息 2013第三季第1集(中) 2013第三季第1集(粵)	蔬食go健康 664 香煎朱排	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 與人相處 12	語取語求 34 贖罪日	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 6 耶穌與人一起生活	12:00	21:00
04:30	23:30		健康新知 1043 你居住的家安全嗎		12:30	21:30
05:00	00:00	進入祂的聖所 10	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 與人相處 12	謙蓋的力量 61	13:00	22:00
05:30	00:30	好得無比的旅程 47 但以理一章 被俘		個人佈道法 35 查考聖經示範-3	13:30	22:30
06:00	01:00	耶穌說 28	語取語求 34 贖罪日		14:00	23:00
06:30	01:30	健康B+醫 8 二手煙的危害	安格 啟示錄 34	要健康就運動 899-900	14:30	23:30
07:00	02:00	真道時刻 772 耶穌呼召門徒	全新的禱告1 全新的角度	心靈Brunch 155 不平凡中的平凡人	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 與人相處 12	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 22 經歷上帝話語的大能	15:30	00:30
08:00	03:00	創世記一百一十 31 亞伯拉罕的失敗	聖工消息 2013第三季第1集(中) 2013第三季第1集(粵)	牧範學 39 關懷教會	16:00	01:00
08:30	03:30		健康新知 721 心律不整		16:30	01:30
09:00	04:00	士師風雲 8	健康新知 1043 你居住的家安全嗎	要健康就運動 901-902	17:00	02:00
09:30	04:30	好得無比的旅程 45 夢想破碎時	語取語求 34 贖罪日	蔬食go健康 662 豆瓣炒筍筍	17:30	02:30
10:00	05:00	天國之旅-馬太福音 8 當耶穌...	全新的禱告1 全新的角度	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 4 (舊約)中的公平與憐憫：第二部分	18:00	03:00
10:30	05:30			心靈Brunch 155 不平凡中的平凡人	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	安格 啟示錄 34		19:00	04:00
11:30	06:30			謙蓋的力量 62	19:30	04:30
12:00	07:00	進入祂的聖所 11	動物有約10 伊甸鳥園	牧範學 37 八步教量-3	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 722 用心吃享瘦一下	真道時刻 243 他們必聽		20:30	05:30
13:00	08:00	創世記一百一十 32 視覺人羅得與心覺人亞伯拉罕	每日生活良助 4 摩西一生的教訓	要健康就運動 903-904 蔬食go健康 663 夫妻肺片	21:00	06:00
13:30	08:30	天國之旅-馬太福音 9 三重神蹟	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 與人相處 12	個人佈道法 33 查考聖經示範-1	21:30	06:30
14:00	09:00			個人佈道法 33 查考聖經示範-1	22:00	07:00
14:30	09:30	健康B+醫 9 白領健康狀況	動物有約10 伊甸鳥園		22:30	07:30
15:00	10:00	耶穌說 26	聖工消息 2013第三季第1集(中) 2013第三季第1集(粵)	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 23 真實與謊言	23:00	08:00
15:30	10:30	進入祂的聖所 9	健康新知 1043 你居住的家安全嗎	心靈Brunch 155 不平凡中的平凡人	23:30	08:30

格林威治	美東	3月23日	3月24日	3月25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3季 教會在社會中的角色 5 耶穌在社會中的對外佈道	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 6 耶穌與人一起生活	真道時刻 774 虛心的人	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就運動 901-902	要健康就運動 903-904	耶穌說 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 香煎朱排	好得無比的旅程 48 澳洲最致命的洪水	01:30	10:30
18:00	13:00	基督再來 1 使徒們的盼望與信息 與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 23 真實與謊言	基督再來 2 不能忽略的真理 豐富人生 128 醫治與恢復	創世紀一百講 33 戰爭與勝利	02:00	11:00
18:30	13:30	個人佈道法 34 查考聖經示範-2	個人佈道法 35 查考聖經示範-3	天國之旅-馬太福音 10 差遣十二使徒	03:00	12:00
19:30	14:30			健康B+醫 10 超重的代價	03:30	12:30
20:00	15:00	牧範學 38 八步教量-4	牧範學 39 關懷教會	健康新知 723 食品添加物停看聞	04:00	13:00
20:30	15:30			好得無比的旅程 49 大富翁 逃出生天版	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就運動 903-904	要健康就運動 899-900	進入祂的聖所 12	05:00	14:00
21:30	16:30	膝蓋的力量 61	膝蓋的力量 62	健康B+醫 11 個人衛生	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 6 耶穌與人一起生活	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 4 (舊約)中的公平與憐憫::第二部分	真道時刻 775 什麼是真正的神蹟	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 664 香煎朱排	蔬食go健康 662 豆瓣炒筍筍	耶穌說 30	07:00	16:00
23:30	18:30	基督再來 2 不能忽略的真理	基督再來 1 使徒們的盼望與信息	士師風雲 10	07:30	16:30
00:00	19:00	個人佈道法 35 查考聖經示範-3	個人佈道法 33 查考聖經示範-1	好得無比的旅程 50 兩林 地球最後的樂土	08:00	17:00
00:30	19:30			創世紀一百講 34 更大的戰爭,更大的勝利	08:30	17:30
01:00	20:00	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 22 經歷上帝經綸的大能	豐富人生 128 醫治與恢復	耶穌說 31	09:00	18:00
01:30	20:30	牧範學 39 關懷教會	牧範學 37 八步教量-3		09:30	18:30
02:00	21:00	基督再來 1 使徒們的盼望與信息	基督再來 2 不能忽略的真理	進入祂的聖所 13	10:00	19:00
02:30	21:30			士師風雲 11	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就運動 899-900	要健康就運動 901-902	健康新知 724 中西醫整合治療不孕症	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 662 豆瓣炒筍筍	蔬食go健康 663 夫妻肺片	天國之旅-馬太福音 11 猶大為大也為小	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 4 (舊約)中的公平與憐憫::第二部分	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 5 耶穌在社會中的對外佈道	真道時刻 774 虛心的人	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	膝蓋的力量 62	膝蓋的力量 60	進入祂的聖所 14	13:00	22:00
05:30	00:30	個人佈道法 33 查考聖經示範-1	個人佈道法 34 查考聖經示範-2	好得無比的旅程 48 澳洲最致命的洪水	13:30	22:30
06:00	01:00			耶穌說 29	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就運動 901-902	要健康就運動 903-904	健康B+醫 12 口腔健康	14:30	23:30
07:00	02:00	基督再來 2 不能忽略的真理	基督再來 1 使徒們的盼望與信息	真道時刻 775 什麼是真正的神蹟	15:00	00:00
07:30	02:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 23 真實與謊言	豐富人生 128 醫治與恢復		15:30	00:30
08:00	03:00	牧範學 37 八步教量-3	牧範學 38 八步教量-4	創世紀一百講 35 上帝為何與亞伯拉罕立約	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就運動 903-904	要健康就運動 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 香煎朱排	士師風雲 12	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 5 耶穌在社會中的對外佈道	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 6 耶穌與人一起生活	好得無比的旅程 49 大富翁 逃出生天版	18:00	03:00
10:30	05:30			天國之旅-馬太福音 12 安息日真意	18:30	03:30
11:00	06:00	基督再來 1 使徒們的盼望與信息	基督再來 2 不能忽略的真理	真道時刻 774 虛心的人	19:00	04:00
11:30	06:30	膝蓋的力量 60	膝蓋的力量 61		19:30	04:30
12:00	07:00	牧範學 38 八步教量-4	牧範學 39 關懷教會	進入祂的聖所 12	20:00	05:00
12:30	07:30			健康新知 723 食品添加物停看聞	20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就運動 899-900 蔬食go健康 664 香煎朱排	要健康就運動 901-902 豐富人生 128 豆瓣炒筍筍	創世紀一百講 33 戰爭與勝利	21:00	06:00
13:30	08:30	個人佈道法 34 查考聖經示範-2	個人佈道法 35 查考聖經示範-3	天國之旅-馬太福音 10 差遣十二使徒	21:30	06:30
14:00	09:00			健康B+醫 10 超重的代價	22:00	07:00
14:30	09:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 22 經歷上帝經綸的大能	豐富人生 128 醫治與恢復	耶穌說 30	22:30	07:30
15:00	10:00				基督再來 2 不能忽略的真理	基督再來 1 使徒們的盼望與信息
15:30	10:30	基督再來 1 使徒們的盼望與信息	基督再來 2 不能忽略的真理	進入祂的聖所 13	23:30	08:30

格林威治	美東	3月26日	3月27日	3月28日	時間	美西
GMT	EST	星期四	星期五	星期六	Beijing	PST
16:00	11:00	真道時刻 775 什麼是真正的神蹟	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 在上帝一切的旨意上站立得穩 13	健康新知 1044 打造一個不怕老的夢想家	00:00	09:00
16:30	11:30			真道時刻 244 為主做工	00:30	09:30
17:00	12:00	耶穌說 30	耶穌說 31		01:00	10:00
17:30	12:30	好得無比的旅程 49 大富翁 逃出生天版	好得無比的旅程 50 兩林 地球最後的樂土	每日生活良助 5 計劃將來	01:30	10:30
18:00	13:00	創世記一百講 34 更大的戰爭，更大的勝利	創世記一百講 35 上帝為何與亞伯拉罕立約	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 在上帝一切的旨意上站立得穩 13	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	天國之旅-馬太福音 11 猶大為大也為小	天國之旅-馬太福音 12 安息日真意	全新的禱告2 全新的問題	03:00	12:00
19:30	14:30	健康E+醫 11 個人衛生	健康E+醫 12 口腔健康	動物有約11 揭開狼的面紗	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 724 中西醫整合治療不孕症	健康新知 725 更年期更健康	安格 啟示錄 35	04:00	13:00
20:30	15:30	好得無比的旅程 50 兩林 地球最後的樂土	好得無比的旅程 48 澳洲最致命的洪水		04:30	13:30
21:00	16:00	進入祂的聖所 13	進入祂的聖所 14	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 在上帝一切的旨意上站立得穩 13	05:00	14:00
21:30	16:30	健康E+醫 12 口腔健康	健康E+醫 10 超重的代價		05:30	14:30
22:00	17:00	真道時刻 774 虛心的人	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 在上帝一切的旨意上站立得穩 13	語取語求 35 「罪」到底是甚麼？	06:00	15:00
22:30	17:30			全新的禱告2 全新的問題	06:30	15:30
23:00	18:00	耶穌說 31	耶穌說 29	動物有約11 揭開狼的面紗	07:00	16:00
23:30	18:30	士師風雲 11	士師風雲 12	健康新知 1044 打造一個不怕老的夢想家	07:30	16:30
00:00	19:00	好得無比的旅程 48 澳洲最致命的洪水	好得無比的旅程 49 大富翁 逃出生天版	聖工消息 2013第三季第3集(中) 2013第三季第3集(粵)	08:00	17:00
00:30	19:30	創世記一百講 35 上帝為何與亞伯拉罕立約	創世記一百講 33 戰爭與勝利	語取語求 35 「罪」到底是甚麼？	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 在上帝一切的旨意上站立得穩 13	09:00	18:00
01:30	20:30	耶穌說 29	耶穌說 30		09:30	18:30
02:00	21:00	進入祂的聖所 14	進入祂的聖所 12	真道時刻 244 為主做工	10:00	19:00
02:30	21:30	士師風雲 12	士師風雲 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 食品添加物停看聞	每日生活良助 5 計劃將來 聖工消息	11:00	20:00
03:30	22:30	天國之旅-馬太福音 12 安息日真意	天國之旅-馬太福音 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	真道時刻 775 什麼是真正的神蹟	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 35 「罪」到底是甚麼？	12:00	21:00
04:30	23:30	進入祂的聖所 12	進入祂的聖所 13	健康新知 1044 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 在上帝一切的旨意上站立得穩 13	12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30	好得無比的旅程 49 大富翁 逃出生天版	好得無比的旅程 50 兩林 地球最後的樂土		13:30	22:30
06:00	01:00	耶穌說 30	耶穌說 31	語取語求 35 「罪」到底是甚麼？	14:00	23:00
06:30	01:30	健康E+醫 10 超重的代價	健康E+醫 11 個人衛生	安格 啟示錄 35	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 在上帝一切的旨意上站立得穩 13	真道時刻 774 虛心的人	全新的禱告2 全新的問題	15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	創世記一百講 33 戰爭與勝利	創世記一百講 34 更大的戰爭，更大的勝利	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	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 723 食品添加物停看聞	健康新知 724 中西醫整合治療不孕症	聖工消息 2013第三季第3集(中) 2013第三季第3集(粵)	17:00	02:00
09:30	04:30	士師風雲 10	士師風雲 11	健康新知 1044 打造一個不怕老的夢想家	17:30	02:30
10:00	05:00	好得無比的旅程 50 兩林 地球最後的樂土	好得無比的旅程 48 澳洲最致命的洪水	語取語求 35 「罪」到底是甚麼？	18:00	03:00
10:30	05:30	天國之旅-馬太福音 10	天國之旅-馬太福音 11	全新的禱告2	18:30	03:30
11:00	06:00	真道時刻 775 什麼是真正的神蹟	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	安格 啟示錄 35	19:00	04:00
11:30	06:30	進入祂的聖所 13	進入祂的聖所 14	動物有約11	19:30	04:30
12:00	07:00				20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 724 中西醫整合治療不孕症	健康新知 725 更年期更健康	真道時刻 244 為主做工	20:30	05:30
13:00	08:00	創世記一百講 34 更大的戰爭，更大的勝利	創世記一百講 35 上帝為何與亞伯拉罕立約		21:00	06:00
13:30	08:30			每日生活良助 5	21:30	06:30
14:00	09:00	天國之旅-馬太福音 11 猶大為大也為小	天國之旅-馬太福音 12 安息日真意	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	22:00	07:00
14:30	09:30	健康E+醫 11	健康E+醫 12		22:30	07:30
15:00	10:00	耶穌說 31	耶穌說 29	聖工消息 2013第三季第3集(中) 2013第三季第3集(粵)	23:00	08:00
15:30	10:30	進入祂的聖所 14	進入祂的聖所 12	健康新知 1044 打造一個不怕老的夢想家	23:30	08:30

格林威治	美東	3月29日	3月30日	3月31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3季 教會在社會中的角色 7 耶穌為他們行善	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 8 耶穌表示同情	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 9 耶穌贏得他們的信任	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就運動 905-906	要健康就運動 907-908	要健康就運動 909-910	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 665 京醬素若絲	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	基督再來 3 在盼望中的合一與同工	基督再來 4 復活的真理	基督再來 5 與永恆接軌	02:00	11:00
18:30	13:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 24	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 25 被私欲牽引的先知	豐富人生 131 美訊室內設計	02:30	11:30
19:00	14:00	個人佈道法 36 查考聖經示範-4	個人佈道法 37 查考聖經示範-5	個人佈道法 38 查考聖經示範-6	03:00	12:00
19:30	14:30				03:30	12:30
20:00	15:00	牧範學 40 有效佈道	牧範學 41 群體對象	牧範學 42 教會興衰	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就運動 907-908	要健康就運動 909-910	要健康就運動 905-906	05:00	14:00
21:30	16:30	膝蓋的力量 63	膝蓋的力量 64	膝蓋的力量 65	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 8 耶穌表示同情	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 9 耶穌贏得他們的信任	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 7 耶穌為他們行善	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 京醬素若絲	07:00	16:00
23:30	18:30	基督再來 4 復活的真理	基督再來 5 與永恆接軌	基督再來 3 在盼望中的合一與同工	07:30	16:30
00:00	19:00	個人佈道法 37 查考聖經示範-5	個人佈道法 38 查考聖經示範-6	個人佈道法 36 查考聖經示範-4	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 25 被私欲牽引的先知	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 24	豐富人生 131 美訊室內設計	09:00	18:00
01:30	20:30	牧範學 41 群體對象	牧範學 42 教會興衰	牧範學 40 有效佈道	09:30	18:30
02:00	21:00				10:00	19:00
02:30	21:30	基督再來 3 在盼望中的合一與同工	基督再來 4 復活的真理	基督再來 5 與永恆接軌	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就運動 909-910	要健康就運動 905-906	要健康就運動 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 京醬素若絲	蔬食go健康 666 古早味烤玉米	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 9 耶穌贏得他們的信任	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 7 耶穌為他們行善	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 8 耶穌表示同情	12:00	21:00
04:30	23:30	膝蓋的力量 64	膝蓋的力量 65	膝蓋的力量 63	12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30	個人佈道法 38 查考聖經示範-6	個人佈道法 36 查考聖經示範-4	個人佈道法 37 查考聖經示範-5	13:30	22:30
06:00	01:00				14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就運動 905-906	要健康就運動 907-908	要健康就運動 909-910	14:30	23:30
07:00	02:00	基督再來 3 在盼望中的合一與同工	基督再來 4 復活的真理	基督再來 5 與永恆接軌	15:00	00:00
07:30	02:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 24	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 25 被私欲牽引的先知	豐富人生 131 美訊室內設計	15:30	00:30
08:00	03:00	牧範學 42 教會興衰	牧範學 40 有效佈道	牧範學 41 群體對象	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就運動 907-908	要健康就運動 909-910	要健康就運動 905-906	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 665 京醬素若絲	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	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 7 耶穌為他們行善	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 8 耶穌表示同情	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 9 耶穌贏得他們的信任	18:00	03:00
10:30	05:30	基督再來 4 復活的真理	基督再來 5 與永恆接軌	基督再來 3 在盼望中的合一與同工	18:30	03:30
11:00	06:00				19:00	04:00
11:30	06:30	膝蓋的力量 65	膝蓋的力量 63	膝蓋的力量 64	19:30	04:30
12:00	07:00	牧範學 40 有效佈道	牧範學 41 群體對象	牧範學 42 教會興衰	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就運動 909-910	要健康就運動 905-906	要健康就運動 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	個人佈道法 36 查考聖經示範-4	個人佈道法 37 查考聖經示範-5	個人佈道法 38 查考聖經示範-6	22:00	07:00
14:30	09:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 25 被私欲牽引的先知	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 24 甘當綠葉配紅花	豐富人生 131 美訊室內設計	22:30	07:30
15:00	10:00				23:00	08:00
15:30	10:30	基督再來 5 與永恆接軌	基督再來 3 在盼望中的合一與同工	基督再來 4 復活的真理	23:30	08:30

格林威治	美東	4月1日	4月2日	4月3日	時間	美西
GMT	EST	星期三	星期四	星期五	Beijing	PST
16:00	11:00	真道時刻 776 誰才是耶穌的跟隨者	真道時刻 777 誰是耶穌要我們愛的鄰舍	安息日學-26年第2季 在與上帝的關係中成長 面對現實 1	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	耶穌說 32	耶穌說 33	耶穌說 34	01:00	10:00
17:30	12:30	好得無比的旅程 51 走進兩林	好得無比的旅程 52 二次大戰的奇妙故事	好得無比的旅程 53 救了世界的間諜	01:30	10:30
18:00	13:00	創世記一百講 36 違約的亞伯拉罕	創世記一百講 38 割禮：刻在肉體中的約	創世記一百講 39 上帝豈有難成的事嗎	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	天國之旅-馬太福音 13 七個比喻	天國之旅-馬太福音 14 罪	天國之旅-馬太福音 15 內外清潔	03:00	12:00
19:30	14:30	健康B+醫 13 切勿被毒品吸食生命	健康B+醫 14 如何防治結石	健康B+醫 15 甜過頭：現代人與糖尿病	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 726 鼻塞術後免填塞	健康新知 727 機器手腎治療呼吸中止症	健康新知 728 正子掃描揪出惡性腫瘤	04:00	13:00
20:30	15:30	好得無比的旅程 52 二次大戰的奇妙故事	好得無比的旅程 53 救了世界的間諜	好得無比的旅程 51 走進兩林	04:30	13:30
21:00	16:00	進入祂的聖所 15	進入祂的聖所 16	進入祂的聖所 17	05:00	14:00
21:30	16:30	健康B+醫 14 如何防治結石	健康B+醫 15 甜過頭：現代人與糖尿病	健康B+醫 13 切勿被毒品吸食生命	05:30	14:30
22:00	17:00	真道時刻 777 誰是耶穌要我們愛的鄰舍	真道時刻 776 誰才是耶穌的跟隨者	安息日學-26年第2季 在與上帝的關係中成長 面對現實 1	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	耶穌說 33	耶穌說 34	耶穌說 32	07:00	16:00
23:30	18:30	士師風雲 13	士師風雲 14	士師風雲 15	07:30	16:30
00:00	19:00	好得無比的旅程 53 救了世界的間諜	好得無比的旅程 51 走進兩林	好得無比的旅程 52 二次大戰的奇妙故事	08:00	17:00
00:30	19:30	創世記一百講 38 割禮：刻在肉體中的約	創世記一百講 39 上帝豈有難成的事嗎	創世記一百講 36 違約的亞伯拉罕	08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	耶穌說 34	耶穌說 32	耶穌說 33	09:30	18:30
02:00	21:00	進入祂的聖所 16	進入祂的聖所 17	進入祂的聖所 15	10:00	19:00
02:30	21:30	士師風雲 14	士師風雲 15	士師風雲 13	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 727 機器手腎治療呼吸中止症	健康新知 728 正子掃描揪出惡性腫瘤	健康新知 726 鼻塞術後免填塞	11:00	20:00
03:30	22:30	天國之旅-馬太福音 14 罪	天國之旅-馬太福音 15 內外清潔	天國之旅-馬太福音 13 七個比喻	11:30	20:30
04:00	23:00	真道時刻 776 誰才是耶穌的跟隨者	真道時刻 777 誰是耶穌要我們愛的鄰舍	安息日學-26年第2季 在與上帝的關係中成長 面對現實 1	12:00	21:00
04:30	23:30	進入祂的聖所 17	進入祂的聖所 15	進入祂的聖所 16	12:30	21:30
05:00	00:00	好得無比的旅程 51 走進兩林	好得無比的旅程 52 二次大戰的奇妙故事	好得無比的旅程 53 救了世界的間諜	13:00	22:00
05:30	00:30	耶穌說 32	耶穌說 33	耶穌說 34	13:30	22:30
06:00	01:00	健康B+醫 15 甜過頭：現代人與糖尿病	健康B+醫 13 切勿被毒品吸食生命	健康B+醫 14 如何防治結石	14:00	23:00
06:30	01:30	真道時刻 777 誰是耶穌要我們愛的鄰舍	安息日學-26年第2季 在與上帝的關係中成長 面對現實 1	真道時刻 776 誰才是耶穌的跟隨者	14:30	23:30
07:00	02:00	創世記一百講 39 上帝豈有難成的事嗎	創世記一百講 36 違約的亞伯拉罕	創世記一百講 38 割禮：刻在肉體中的約	15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	健康新知 728 正子掃描揪出惡性腫瘤	健康新知 726 鼻塞術後免填塞	健康新知 727 機器手腎治療呼吸中止症	16:00	01:00
08:30	03:30	士師風雲 15	士師風雲 13	士師風雲 14	16:30	01:30
09:00	04:00	好得無比的旅程 52 二次大戰的奇妙故事	好得無比的旅程 53 救了世界的間諜	好得無比的旅程 51 走進兩林	17:00	02:00
09:30	04:30	天國之旅-馬太福音 15 真道時刻 776	天國之旅-馬太福音 13 真道時刻 777	天國之旅-馬太福音 14 安息日學-26年第2季	17:30	02:30
10:00	05:00	誰才是耶穌的跟隨者	誰是耶穌要我們愛的鄰舍	在與上帝的關係中成長	18:00	03:00
10:30	05:30	進入祂的聖所 15	進入祂的聖所 16	進入祂的聖所 17	18:30	03:30
11:00	06:00	健康新知 726 鼻塞術後免填塞	健康新知 727 機器手腎治療呼吸中止症	健康新知 728 正子掃描揪出惡性腫瘤	19:00	04:00
11:30	06:30	創世記一百講 36 違約的亞伯拉罕	創世記一百講 38 割禮：刻在肉體中的約	創世記一百講 39 上帝豈有難成的事嗎	19:30	04:30
12:00	07:00	天國之旅-馬太福音 13 七個比喻	天國之旅-馬太福音 14 罪	天國之旅-馬太福音 15 內外清潔	20:00	05:00
12:30	07:30	健康B+醫 13 耶穌說 33	健康B+醫 14 耶穌說 34	健康B+醫 15 耶穌說 32	20:30	05:30
13:00	08:00	進入祂的聖所 16	進入祂的聖所 17	進入祂的聖所 15	21:00	06:00
13:30	08:30	健康新知 727 機器手腎治療呼吸中止症	健康新知 728 正子掃描揪出惡性腫瘤	健康新知 726 鼻塞術後免填塞	21:30	06:30
14:00	09:00	創世記一百講 39 上帝豈有難成的事嗎	創世記一百講 36 違約的亞伯拉罕	創世記一百講 38 割禮：刻在肉體中的約	22:00	07:00
14:30	09:30	天國之旅-馬太福音 14 罪	天國之旅-馬太福音 13 罪	天國之旅-馬太福音 15 內外清潔	22:30	07:30
15:00	10:00	健康B+醫 14 耶穌說 33	健康B+醫 15 耶穌說 32	健康B+醫 13 耶穌說 34	23:00	08:00
15:30	10:30	進入祂的聖所 16	進入祂的聖所 17	進入祂的聖所 15	23:30	08:30

格林威治	美東	4月4日	4月5日	4月6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 1045 別讓吞嚥變難事 讓你輕鬆吃到老	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 10 耶穌贏得他們的信任	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 11 耶穌要求他們「跟從我」	00:00	09:00
16:30	11:30	真道時刻 245 你有什麼	要健康就運動 911-912	要健康就運動 913-914	00:30	09:30
17:00	12:00				01:00	10:00
17:30	12:30	每日生活良助 6 工價	蔬食go健康 668 蔬食蚵仔煎	蔬食go健康 669 地瓜燒	01:30	10:30
18:00	13:00	安息日學-26年第2季 在與上帝的關係中成長 面對現實 1	基督再來 6 天堂美景	基督再來 7 耶穌第一次來的原因	02:00	11:00
18:30	13:30		與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 26 叛逆的結局	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 27	02:30	11:30
19:00	14:00	全新的禱告3 全新的禱告			03:00	12:00
19:30	14:30	動物有約 12 哥斯大黎加	個人佈道法 39 查考聖經示範-7	個人佈道法 40 查考聖經示範-8	03:30	12:30
20:00	15:00	安格 啟示錄 36	牧範學 43 教會增長	牧範學 44 自我裝備	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	安息日學-26年第2季 在與上帝的關係中成長 面對現實 1	要健康就運動 913-914	要健康就運動 915-916	05:00	14:00
21:30	16:30		膝蓋的力量 66	膝蓋的力量 67	05:30	14:30
22:00	17:00	語取語求 36 啟示錄與聖所	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 11 耶穌要求他們「跟從我」	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 12 末時的城市佈道工作	06:00	15:00
22:30	17:30	全新的禱告3 全新的禱告			06:30	15:30
23:00	18:00	動物有約 12 哥斯大黎加	蔬食go健康 669 地瓜燒	蔬食go健康 670 巧克力司康	07:00	16:00
23:30	18:30	健康新知 1045 別讓吞嚥變難事 讓你輕鬆吃到老	基督再來 7 耶穌第一次來的原因	基督再來 8 耶穌是誰	07:30	16:30
00:00	19:00	聖工消息 2013第四季第1集(中) 2013第四季第1集(粵)	個人佈道法 40 查考聖經示範-8	個人佈道法 41 查考聖經示範-9	08:00	17:00
00:30	19:30	語取語求 36 啟示錄與聖所			08:30	17:30
01:00	20:00	安息日學-26年第2季 在與上帝的關係中成長 面對現實 1	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 27	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 28 改變乃繼續命運的驛站	09:00	18:00
01:30	20:30		牧範學 44 自我裝備	牧範學 45 自我增值	09:30	18:30
02:00	21:00	真道時刻 245 你有什麼	基督再來 6 天堂美景	基督再來 7 耶穌第一次來的原因	10:00	19:00
02:30	21:30	每日生活良助 6 工價	要健康就運動 915-916	要健康就運動 911-912	10:30	19:30
03:00	22:00				11:00	20:00
03:30	22:30	聖工消息 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	語取語求 36 啟示錄與聖所	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 12 末時的城市佈道工作	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 10 耶穌贏得他們的信任	12:00	21:00
04:30	23:30	健康新知 1045	膝蓋的力量 67	膝蓋的力量 68	12:30	21:30
05:00	00:00	安息日學-26年第2季 在與上帝的關係中成長 面對現實 1	個人佈道法 41 查考聖經示範-9	個人佈道法 39 查考聖經示範-7	13:00	22:00
05:30	00:30				13:30	22:30
06:00	01:00	語取語求 36 啟示錄與聖所			14:00	23:00
06:30	01:30	安格 啟示錄 36	要健康就運動 911-912	要健康就運動 913-914	14:30	23:30
07:00	02:00		基督再來 6 天堂美景	基督再來 7 耶穌第一次來的原因	15:00	00:00
07:30	02:30	全新的禱告3 全新的禱告	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 28 改變乃繼續命運的驛站	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 26 叛逆的結局	15:30	00:30
08:00	03:00	安息日學-26年第2季 在與上帝的關係中成長 面對現實 1	牧範學 45 自我增值	牧範學 43 教會增長	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	聖工消息 2013第四季第1集(中) 2013第四季第1集(粵)	要健康就運動 913-914	要健康就運動 915-916	17:00	02:00
09:30	04:30	健康新知 1045 別讓吞嚥變難事 讓你輕鬆吃到老	蔬食go健康 668 蔬食蚵仔煎	蔬食go健康 669 地瓜燒	17:30	02:30
10:00	05:00	語取語求 36 啟示錄與聖所	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 10 耶穌贏得他們的信任	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 11 耶穌要求他們「跟從我」	18:00	03:00
10:30	05:30	全新的禱告3			18:30	03:30
11:00	06:00	安格 啟示錄 36	膝蓋的力量 68	膝蓋的力量 66	19:00	04:00
11:30	06:30	動物有約 12 哥斯大黎加	牧範學 43 教會增長	牧範學 44 自我裝備	19:30	04:30
12:00	07:00				20:00	05:00
12:30	07:30	真道時刻 245 你有什麼	要健康就運動 915-916	要健康就運動 911-912	20:30	05:30
13:00	08:00	每日生活良助 6 安格 啟示錄 36	蔬食go健康 669	蔬食go健康 670	21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	安息日學-26年第2季 在與上帝的關係中成長 面對現實 1	個人佈道法 39 查考聖經示範-7	個人佈道法 40 查考聖經示範-8	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	聖工消息 2013第四季第1集(中) 2013第四季第1集(粵)	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 26 叛逆的結局	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 27 改變乃繼續命運的小女子	23:00	08:00
15:30	10:30	健康新知 1045 別讓吞嚥變難事 讓你輕鬆吃到老	基督再來 8 耶穌是誰	基督再來 6 天堂美景	23:30	08:30

格林威治	美東	4月7日	4月8日	4月9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3季 教會在社會中的角色 12 末時的城市佈道工作	真道時刻 778 哀慟的人	真道時刻 779 溫柔的人	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就運動 915-916	耶穌說 35	耶穌說 36	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 670 巧克力可康	好得無比的旅程 54 販奴者 奇異恩典	好得無比的旅程 55 神奇水池旁的人	01:30	10:30
18:00	13:00	基督再來 8 耶穌是誰	創世記一百講 40 第四十講：為城市禱告	創世記一百講 42 所多瑪，耶穌復臨時最後審判的模型	02:00	11:00
18:30	13:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 28 改變乃總命運的隨從			02:30	11:30
19:00	14:00	個人佈道法 41 查考聖經示範-9	豐富人生 32 人生可以隨時開始	豐富人生 87 嶄新的人生	03:00	12:00
19:30	14:30		健康B+醫 16 如何抗癌	健康B+醫 17 老年人健康秘訣	03:30	12:30
20:00	15:00	牧範學 45 自我增值	健康新知 729 放射性同位素	健康新知 730 越敲越美麗	04:00	13:00
20:30	15:30		好得無比的旅程 55 神奇水池旁的人	好得無比的旅程 56 憂鬱症的成因	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就運動 911-912	進入祂的聖所 18	進入祂的聖所 19	05:00	14:00
21:30	16:30	膝蓋的力量 68	健康B+醫 17 老年人健康秘訣	健康B+醫 18 都市人如何保持心理健康	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 10 耶穌贏得他們的信任	真道時刻 779 溫柔的人	真道時刻 778 哀慟的人	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	耶穌說 36	耶穌說 37	07:00	16:00
23:30	18:30	基督再來 6 天堂美景	士師風雲 16	士師風雲 17	07:30	16:30
00:00	19:00	個人佈道法 39 查考聖經示範-7	好得無比的旅程 56 憂鬱症的成因	好得無比的旅程 54 販奴者 奇異恩典	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 26 新約的結晶	創世記一百講 42 所多瑪，耶穌復臨時最後審判的模型	創世記一百講 43 當亞伯拉罕再次說謊的時候	09:00	18:00
01:30	20:30	牧範學 43 教會增長	耶穌說 37	耶穌說 35	09:30	18:30
02:00	21:00				進入祂的聖所 19	進入祂的聖所 20
02:30	21:30	基督再來 / 耶穌是誰-來訪的原因	士師風雲 17	士師風雲 18	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就運動 913-914	健康新知 730 越敲越美麗	健康新知 731 敲出瓜子臉	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 669 地瓜燒	豐富人生 87 嶄新的人生	豐富人生 89 光的兒子	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 11 耶穌要求他們「跟從我」	真道時刻 778 哀慟的人	真道時刻 779 溫柔的人	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	膝蓋的力量 66	進入祂的聖所 20	進入祂的聖所 18	13:00	22:00
05:30	00:30	個人佈道法 40 查考聖經示範-8	好得無比的旅程 54 販奴者 奇異恩典	好得無比的旅程 55 神奇水池旁的人	13:30	22:30
06:00	01:00				耶穌說 35	耶穌說 36
06:30	01:30	要健康就運動 915-916	健康B+醫 18 都市人如何保持心理健康	健康B+醫 16 如何抗癌	14:30	23:30
07:00	02:00	基督再來 8 耶穌是誰	真道時刻 779 溫柔的人	安息日學-26年第2季 在與上帝的關係中成長 認識上帝 2	15:00	00:00
07:30	02:30	與主相遇的人-舊約聖經人物訪談 27			15:30	00:30
08:00	03:00	牧範學 44 自我裝備	創世記一百講 43 當亞伯拉罕再次說謊的時候	創世記一百講 40 第四十講：為城市禱告	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就運動 911-912	健康新知 731 敲出瓜子臉	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 巧克力可康	士師風雲 18	士師風雲 16	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日學-16年第3季 教會在社會中的角色 12 末時的城市佈道工作	好得無比的旅程 55 神奇水池旁的人	好得無比的旅程 56 憂鬱症的成因	18:00	03:00
10:30	05:30				豐富人生 89	豐富人生 32
11:00	06:00	基督再來 8	真道時刻 778	真道時刻 779	19:00	04:00
11:30	06:30	膝蓋的力量 67	哀慟的人	溫柔的人	19:30	04:30
12:00	07:00	牧範學 45 自我增值	進入祂的聖所 18	進入祂的聖所 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 越敲越美麗
13:00	08:00	要健康就運動 913-914	創世記一百講 40 第四十講：為城市禱告	創世記一百講 42 所多瑪，耶穌復臨時最後審判的模型	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 668	豐富人生 32 人生可以隨時開始	豐富人生 87 嶄新的人生	21:30	06:30
14:00	09:00	個人佈道法 41 查考聖經示範-9	健康B+醫 16	健康B+醫 17	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 28 改變乃總命運的隨從	耶穌說 36	耶穌說 37	23:00	08:00
15:30	10:30	基督再來 7 耶穌第一次來的原因	進入祂的聖所 19	進入祂的聖所 20	23:30	08:30