

格林威治	美東	1月1日	1月2日	1月3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 751 新舊約的關係	連結天與地：腓立比書和哥羅西書中的 基督 受迫害卻不被丟棄 1	健康新知 1032 達文西減重手術	00:00	09:00
16:30	11:30			真道時刻 232 全新的你(三) 四種性格的優點與缺點	00:30	09:30
17:00	12:00	腳前的燈路上的光 277 有關浸禮(受洗)的問與答Part2	腳前的燈路上的光 278 死的人真的死了嗎Part1	信心方程式5	01:00	10:00
17:30	12:30	好得無比的旅程 12 與星星說話的女孩	好得無比的旅程 13 南海珍珠		01:30	10:30
18:00	13:00	婚姻與家庭 27 外遇問題	婚姻與家庭 28 有意義的單身的生活	連結天與地：腓立比書和哥羅西書中的 基督 受迫害卻不被丟棄 1	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	傳承3	傳承4	拾級就主 3 悔改	03:00	12:00
19:30	14:30	耶穌101 這是神的戰爭 69 無力之戰	耶穌101 這是神的戰爭 70 資源之戰	受感之筆 41	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 688 腦瘤	健康新知 689 避毒之道	安格 啟示錄 23	04:00	13:00
20:30	15:30	好得無比的旅程 13 南海珍珠	好得無比的旅程 11 總統的隕落		04:30	13:30
21:00	16:00	古經今談 65 When Complaints Irritate...	古經今談 66 A Talking Donkey?	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	05:00	14:00
21:30	16:30	耶穌101 這是神的戰爭 70 資源之戰	耶穌101 這是神的戰爭 68 資源之戰	受迫害卻不被丟棄 1	05:30	14:30
22:00	17:00	真道時刻 750 一次看清上帝的救贖計畫	連結天與地：腓立比書和哥羅西書中的 基督 受迫害卻不被丟棄 1	語取語求 23 摩西	06:00	15:00
22:30	17:30			拾級就主 3 悔改	06:30	15:30
23:00	18:00	腳前的燈路上的光 278 死的人真的死了嗎Part1	腳前的燈路上的光 276 有關浸禮(受洗)的問與答Part1	受感之筆 41	07:00	16:00
23:30	18:30	戀上青年幫 30 心目中的好老師	戀上青年幫 31 功夫	健康新知 1032 達文西減重手術	07:30	16:30
00:00	19:00	好得無比的旅程 11 總統的隕落	好得無比的旅程 12 與星星說話的女孩	聖工消息 2012第三季第2集(中) 2012第三季第2集(粵)	08:00	17:00
00:30	19:30	婚姻與家庭 28 有意義的單身的生活	婚姻與家庭 26 跨越代溝	語取語求 23 摩西	08:30	17:30
01:00	20:00			連結天與地：腓立比書和哥羅西書中的 基督 受迫害卻不被丟棄 1	09:00	18:00
01:30	20:30	腳前的燈路上的光 276 有關浸禮(受洗)的問與答Part1	腳前的燈路上的光 277 有關浸禮(受洗)的問與答Part2	真道時刻 232 全新的你(三) 四種性格的優點與缺點	09:30	18:30
02:00	21:00	古經今談 66 A Talking Donkey?	古經今談 64 Rebellion!		10:00	19:00
02:30	21:30	戀上青年幫 31 心目中的好老師	戀上青年幫 29 心目中的好老師	信心方程式5	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 689 避毒之道	健康新知 687 腦震盪		11:00	20:00
03:30	22:30	傳承4	傳承2	聖工消息 2012第三季第2集(中) 2012第三季第2集(粵)	11:30	20:30
04:00	23:00	真道時刻 751 新舊約的關係	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 23 摩西	12:00	21:00
04:30	23:30	古經今談 64 Rebellion!	古經今談 63 避毒之道	健康新知 1032 達文西減重手術	12:30	21:30
05:00	00:00	好得無比的旅程 12 與星星說話的女孩	好得無比的旅程 13 南海珍珠	連結天與地：腓立比書和哥羅西書中的 基督 受迫害卻不被丟棄 1	13:00	22:00
05:30	00:30				13:30	22:30
06:00	01:00	腳前的燈路上的光 277 有關浸禮(受洗)的問與答Part2	腳前的燈路上的光 278 死的人真的死了嗎Part1	語取語求 23 摩西	14:00	23:00
06:30	01:30	耶穌101 這是神的戰爭 68 資源之戰	耶穌101 這是神的戰爭 69 資源之戰	安格 啟示錄 23	14:30	23:30
07:00	02:00	連結天與地：腓立比書和哥羅西書中的 基督	真道時刻 750 一次看清上帝的救贖計畫		15:00	00:00
07:30	02:30	受迫害卻不被丟棄 1		拾級就主 3 悔改	15:30	00:30
08:00	03:00	婚姻與家庭 26 跨越代溝	婚姻與家庭 27 外遇問題	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			聖工消息 2012第三季第2集(中) 2012第三季第2集(粵)	16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 687 腦震盪	健康新知 688 腦瘤	聖工消息 2012第三季第2集(中) 2012第三季第2集(粵)	17:00	02:00
09:30	04:30	戀上青年幫 29 善惡對決	戀上青年幫 30 心目中的好老師	健康新知 1032 達文西減重手術	17:30	02:30
10:00	05:00	好得無比的旅程 13 南海珍珠	好得無比的旅程 11 總統的隕落	語取語求 23 摩西	18:00	03:00
10:30	05:30	傳承2	傳承3	拾級就主 3	18:30	03:30
11:00	06:00	真道時刻 751 新舊約的關係	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	19:00	04:00
11:30	06:30	古經今談 65 When Complaints Irritate...	古經今談 66 A Talking Donkey?	啟示錄 23	19:30	04:30
12:00	07:00	健康新知 688 腦瘤	健康新知 689 避毒之道	受感之筆 41	20:00	05:00
12:30	07:30			真道時刻 232 全新的你(三) 四種性格的優點與缺點	20:30	05:30
13:00	08:00	婚姻與家庭 27 外遇問題	婚姻與家庭 28 有意義的單身的生活	信心方程式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	21:00	06:00
13:30	08:30	傳承3	傳承4		21:30	06:30
14:00	09:00		聖工消息 2012第三季第2集(中) 2012第三季第2集(粵)	22:00	07:00	
14:30	09:30	耶穌101	耶穌101	拾級就主 3	22:30	07:30
15:00	10:00	腳前的燈路上的光 278 死的人真的死了嗎Part1	腳前的燈路上的光 276 有關浸禮(受洗)的問與答Part1	聖工消息 2012第三季第2集(中) 2012第三季第2集(粵)	23:00	08:00
15:30	10:30	古經今談 66 A Talking Donkey?	古經今談 64 Rebellion!	健康新知 1032 達文西減重手術	23:30	08:30

格林威治	美東	1月4日	1月5日	1月6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-15年第4季 「耶利米書」的研究 10 耶路撒冷的毀滅	安息日學-15年第4季 「耶利米書」的研究 11 盟約	安息日學-15年第4季 「耶利米書」的研究 12 回到埃及	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00				01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 629 豆腐乾酪派	蔬食go健康 630 老祖母的法國吐司佐沙拉	蔬食go健康 631 塔帕斯二品	01:30	10:30
18:00	13:00	心靈Brunch 122 談話的技巧	心靈Brunch 123 思考的能力 與主相遇的人 1 誰摸了我的衣襟(上)	心靈Brunch 124 有效的面對轉變 豐富人生 109 美的真諦	02:00	11:00
18:30	13:30	頌贊主恩 54			02:30	11:30
19:00	14:00	安格 心理學導論 45 心理學導論45	個人佈道法 1 個人佈道法的概論	個人佈道法 2 出自上帝的計畫	03:00	12:00
19:30	14:30				03:30	12:30
20:00	15:00				04:00	13:00
20:30	15:30	牧範學 4 社區來賓	牧範學 5 崇拜聚會	牧範學 6 屬靈聚會	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就運動 835-836	要健康就運動 837-838	要健康就運動 833-834	05:00	14:00
21:30	16:30	膝蓋的力量 27	膝蓋的力量 28	膝蓋的力量 29	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日學-15年第4季 「耶利米書」的研究 11 盟約	安息日學-15年第4季 「耶利米書」的研究 12 回到埃及	安息日學-15年第4季 「耶利米書」的研究 10 耶路撒冷的毀滅	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00				07:00	16:00
23:30	18:30	蔬食go健康 630 老祖母的法國吐司佐沙拉	蔬食go健康 631 塔帕斯二品	蔬食go健康 629 豆腐乾酪派	07:30	16:30
00:00	19:00	安格 心理學導論 45 心理學導論45	個人佈道法 2 出自上帝的計畫	個人佈道法 1 個人佈道法的概論	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	頌贊主恩 54	與主相遇的人 1 誰摸了我的衣襟(上)	豐富人生 109 美的真諦	09:30	18:30
02:00	21:00	牧範學 5 崇拜聚會	牧範學 6 屬靈聚會	牧範學 4 社區來賓	10:00	19:00
02:30	21:30	心靈Brunch 124 有效的面對轉變	心靈Brunch 122 思考的能力	心靈Brunch 123 談話的技巧	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就運動 837-838	要健康就運動 833-834	要健康就運動 835-836	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 631 塔帕斯二品	蔬食go健康 629 豆腐乾酪派	蔬食go健康 630 老祖母的法國吐司佐沙拉	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日學-15年第4季 「耶利米書」的研究 12 回到埃及	安息日學-15年第4季 「耶利米書」的研究 10 耶路撒冷的毀滅	安息日學-15年第4季 「耶利米書」的研究 11 盟約	12:00	21:00
04:30	23:30	膝蓋的力量 28	膝蓋的力量 29	膝蓋的力量 27	12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30	安格 心理學導論 45 心理學導論45	個人佈道法 1 個人佈道法的概論	個人佈道法 2 出自上帝的計畫	13:30	22:30
06:00	01:00				14:00	23:00
06:30	01:30				14:30	23:30
07:00	02:00	要健康就運動 833-834	要健康就運動 835-836	要健康就運動 837-838	15:00	00:00
07:30	02:30	心靈Brunch 122 談話的技巧	心靈Brunch 123 思考的能力 與主相遇的人 1 誰摸了我的衣襟(上)	心靈Brunch 124 有效的面對轉變 豐富人生 109 美的真諦	15:30	00:30
08:00	03:00	頌贊主恩 54			16:00	01:00
08:30	03:30	牧範學 6 屬靈聚會	牧範學 4 社區來賓	牧範學 5 崇拜聚會	16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就運動 835-836	要健康就運動 837-838	要健康就運動 833-834	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 629 豆腐乾酪派	蔬食go健康 630 老祖母的法國吐司佐沙拉	蔬食go健康 631 塔帕斯二品	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日學-15年第4季 「耶利米書」的研究 10 耶路撒冷的毀滅	安息日學-15年第4季 「耶利米書」的研究 11 盟約	安息日學-15年第4季 「耶利米書」的研究 12 回到埃及	18:00	03:00
10:30	05:30	心靈Brunch 123 談話的技巧	心靈Brunch 124 有效的面對轉變	心靈Brunch 122 思考的能力	18:30	03:30
11:00	06:00	膝蓋的力量 29	膝蓋的力量 27	膝蓋的力量 28	19:00	04:00
11:30	06:30				19:30	04:30
12:00	07:00	牧範學 4 社區來賓	牧範學 5 崇拜聚會	牧範學 6 屬靈聚會	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就運動 837-838	要健康就運動 833-834	要健康就運動 835-836	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 630	蔬食go健康 631	蔬食go健康 629	21:30	06:30
14:00	09:00	安格 心理學導論 45 心理學導論45	個人佈道法 2 出自上帝的計畫	個人佈道法 1 個人佈道法的概論	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	頌贊主恩 54	與主相遇的人 1 誰摸了我的衣襟(上)	豐富人生 109 美的真諦	23:00	08:00
15:30	10:30	心靈Brunch 124 有效的面對轉變	心靈Brunch 122 談話的技巧	心靈Brunch 123 思考的能力	23:30	08:30

格林威治	美東	1月7日	1月8日	1月9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 752 兩約之間的歷史	真道時刻 753 馬加比起義	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 感恩與祈禱的理由 2	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	腳前的燈路上的光 279 死的人真的死了嗎Part2	腳前的燈路上的光 280 地獄是由魔鬼掌管嗎Part1	腳前的燈路上的光 281 地獄是由魔鬼掌管嗎Part2	01:00	10:00
17:30	12:30	好得無比的旅程 14 鐵達尼號 無盡的愛	好得無比的旅程 15 紐倫堡的秘密	好得無比的旅程 16 巨石	01:30	10:30
18:00	13:00	婚姻與家庭 29 重建家庭的祭壇	婚姻與家庭 30 聖經原則與基督徒婚姻	創世記一百講 1 起初，上帝愛我們	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	傳承5	傳承6	傳承7	03:00	12:00
19:30	14:30	耶穌101 這是神的戰爭 71 信任之戰	耶穌101 這是神的戰爭 72 失望之戰	耶穌101 徹底翻轉的門徒 73 非凡的揀選	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 690 腎友健康吃	健康新知 691 搞懂內分泌失調	健康新知 692 甲狀腺的生活練習題	04:00	13:00
20:30	15:30	好得無比的旅程 15 紐倫堡的秘密	好得無比的旅程 16 巨石	好得無比的旅程 14 鐵達尼號 無盡的愛	04:30	13:30
21:00	16:00	古經今談 67 Blessing Or Curse?	古經今談 68 War Through Temptation	古經今談 69 Places Of Safety	05:00	14:00
21:30	16:30	耶穌101 這是神的戰爭 72 失望之戰	耶穌101 徹底翻轉的門徒 73 非凡的揀選	耶穌101 這是神的戰爭 71 非凡的揀選	05:30	14:30
22:00	17:00	真道時刻 753 馬加比起義	真道時刻 752 兩約之間的歷史	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 感恩與祈禱的理由 2	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	腳前的燈路上的光 280 地獄是由魔鬼掌管嗎Part1	腳前的燈路上的光 281 地獄是由魔鬼掌管嗎Part2	腳前的燈路上的光 279 死的人真的死了嗎Part2	07:00	16:00
23:30	18:30	戀上青年幫 32 新鄰舍	戀上青年幫 33 傾心吐意	戀上青年幫 34 男女離分	07:30	16:30
00:00	19:00	好得無比的旅程 16 巨石	好得無比的旅程 14 鐵達尼號 無盡的愛	好得無比的旅程 15 紐倫堡的秘密	08:00	17:00
00:30	19:30	婚姻與家庭 30 聖經原則與基督徒婚姻	婚姻與家庭 29 重建家庭的祭壇	創世記一百講 1 起初，上帝愛我們	08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	腳前的燈路上的光 281 地獄是由魔鬼掌管嗎Part2	腳前的燈路上的光 279 死的人真的死了嗎Part2	腳前的燈路上的光 280 地獄是由魔鬼掌管嗎Part1	09:30	18:30
02:00	21:00	古經今談 68 War Through Temptation	古經今談 69 Places Of Safety	古經今談 67 Blessing Or Curse?	10:00	19:00
02:30	21:30	戀上青年幫 32 新鄰舍	戀上青年幫 33 傾心吐意	戀上青年幫 34 男女離分	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 691 搞懂內分泌失調	健康新知 692 甲狀腺的生活練習題	健康新知 690 腎友健康吃	11:00	20:00
03:30	22:30	傳承6	傳承7	傳承5	11:30	20:30
04:00	23:00	真道時刻 752 兩約之間的歷史	真道時刻 753 馬加比起義	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	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	古經今談 69 Places Of Safety	古經今談 67 Blessing Or Curse?	古經今談 68 War Through Temptation	13:00	22:00
05:30	00:30	好得無比的旅程 14 鐵達尼號 無盡的愛	好得無比的旅程 15 紐倫堡的秘密	好得無比的旅程 16 巨石	13:30	22:30
06:00	01:00	腳前的燈路上的光 279 死的人真的死了嗎Part2	腳前的燈路上的光 280 地獄是由魔鬼掌管嗎Part1	腳前的燈路上的光 281 地獄是由魔鬼掌管嗎Part2	14:00	23:00
06:30	01:30	耶穌101 徹底翻轉的門徒 73 非凡的揀選	耶穌101 這是神的戰爭 71 失望之戰	耶穌101 這是神的戰爭 72 非凡的揀選	14:30	23:30
07:00	02:00	真道時刻 753 馬加比起義	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 感恩與祈禱的理由 2	真道時刻 752 兩約之間的歷史	15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	婚姻與家庭 29 重建家庭的祭壇	婚姻與家庭 30 聖經原則與基督徒婚姻	創世記一百講 1 起初，上帝愛我們	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 692 甲狀腺的生活練習題	健康新知 690 腎友健康吃	健康新知 691 搞懂內分泌失調	17:00	02:00
09:30	04:30	戀上青年幫 34 男女離分	戀上青年幫 32 新鄰舍	戀上青年幫 33 傾心吐意	17:30	02:30
10:00	05:00	好得無比的旅程 15 紐倫堡的秘密	好得無比的旅程 16 巨石	好得無比的旅程 14 鐵達尼號 無盡的愛	18:00	03:00
10:30	05:30	傳承7	傳承5	傳承6	18:30	03:30
11:00	06:00	真道時刻 752 兩約之間的歷史	真道時刻 753 馬加比起義	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	古經今談 67 Blessing Or Curse?	古經今談 68 War Through Temptation	古經今談 69 Places Of Safety	19:30	04:30
12:00	07:00	耶穌101 這是神的戰爭 72 失望之戰	耶穌101 徹底翻轉的門徒 73 非凡的揀選	耶穌101 這是神的戰爭 71 非凡的揀選	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 690 腎友健康吃	健康新知 691 搞懂內分泌失調	健康新知 692 甲狀腺的生活練習題	20:30	05:30
13:00	08:00	婚姻與家庭 30 聖經原則與基督徒婚姻	婚姻與家庭 29 重建家庭的祭壇	創世記一百講 1 起初，上帝愛我們	21:00	06:00
13:30	08:30	傳承5	傳承6	傳承7	21:30	06:30
14:00	09:00				22:00	07:00
14:30	09:30	耶穌101	耶穌101	耶穌101	22:30	07:30
15:00	10:00	腳前的燈路上的光 280 地獄是由魔鬼掌管嗎Part1	腳前的燈路上的光 281 地獄是由魔鬼掌管嗎Part2	腳前的燈路上的光 279 死的人真的死了嗎Part2	23:00	08:00
15:30	10:30	古經今談 68 War Through Temptation	古經今談 69 Places Of Safety	古經今談 67 Blessing Or Curse?	23:30	08:30

格林威治	美東	1月10日	1月11日	1月12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 1033 減重手術大解密	安息日學-15年第4季 「耶利米書」的研究 13 來自(耶利米書)的教訓	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 1 天庭的危機	00:00	09:00
16:30	11:30	真道時刻 233 全新的你(四)			00:30	09:30
17:00	12:00	重生與聖靈所結的果子			01:00	10:00
17:30	12:30	信心方程式6	蔬食go健康 632 摩洛哥辣味時蔬	蔬食go健康 633 煎豆腐沙拉胡麻味噌和風醬	01:30	10:30
18:00	13:00	安息日學-26年第1季 連結天與地：	心靈Brunch 125 透徹人性就能輕鬆自在 與主相遇的人 2 誰摸了我的衣襟(下)	心靈Brunch 126 了解人性你就能夠建造彼此 與主相遇的人 3 只要你說一句話	02:00	11:00
18:30	13:30	腓立比書和哥羅西書中的基督 感恩與祈禱的理由 2			02:30	11:30
19:00	14:00	拾級就主 4 認罪			03:00	12:00
19:30	14:30	受感之筆 42	個人佈道法 3 神聖的救贖任務	個人佈道法 4 培養救人的美德	03:30	12:30
20:00	15:00				04:00	13:00
20:30	15:30		牧範學 7 小組活動	牧範學 8 按手浸禮	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 841-842	要健康就運動 843-844	05:00	14:00
21:30	16:30	腓立比書和哥羅西書中的基督 感恩與祈禱的理由 2	膝蓋的力量 30	膝蓋的力量 31	05:30	14:30
22:00	17:00	語取語求 24 洗盡鉛華	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 1 天庭的危機	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 2 伊甸園的危機	06:00	15:00
22:30	17:30	拾級就主 4 認罪			06:30	15:30
23:00	18:00	受感之筆 42			07:00	16:00
23:30	18:30	健康新知 1033 減重手術大解密	心靈Brunch 126 了解人性你就能夠建造彼此	心靈Brunch 127 書	07:30	16:30
00:00	19:00	聖工消息 2012第三季第3集(中) 2012第三季第3集(粵)	個人佈道法 4 培養救人的美德	個人佈道法 5 具備獻身的精神	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	安息日學-26年第1季 連結天與地：	與主相遇的人 3 只要你說一句話	與主相遇的人 2 誰摸了我的衣襟(下)	09:30	18:30
02:00	21:00	腓立比書和哥羅西書中的基督 感恩與祈禱的理由 2	牧範學 8 按手浸禮	牧範學 9 謙卑聖餐	10:00	19:00
02:30	21:30	真道時刻 233 全新的你(四)	心靈Brunch 127 書	心靈Brunch 125 透徹人性就能輕鬆自在	10:30	19:30
03:00	22:00	重生與聖靈所結的果子	要健康就運動 843-844	要健康就運動 839-840	11:00	20:00
03:30	22:30	信心方程式6 聖工消息	蔬食go健康 634 油蔥炸蔥仁時蔬	蔬食go健康 632 摩洛哥辣味時蔬	11:30	20:30
04:00	23:00	2012第三季第3集(中) 2012第三季第3集(粵)	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 2 伊甸園的危機	安息日學-15年第4季 「耶利米書」的研究 13 來自(耶利米書)的教訓	12:00	21:00
04:30	23:30	健康新知 1033 減重手術大解密	膝蓋的力量 31	來自(耶利米書)的教訓 膝蓋的力量 32	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 5 具備獻身的精神	個人佈道法 3 神聖的救贖任務	13:00	22:00
05:30	00:30	腓立比書和哥羅西書中的基督 感恩與祈禱的理由 2			13:30	22:30
06:00	01:00	語取語求 24 洗盡鉛華			14:00	23:00
06:30	01:30	安格 啟示錄 24	要健康就運動 839-840	要健康就運動 841-842	14:30	23:30
07:00	02:00		心靈Brunch 125 透徹人性就能輕鬆自在 與主相遇的人 2 誰摸了我的衣襟(下)	心靈Brunch 126 了解人性你就能夠建造彼此 與主相遇的人 3 只要你說一句話	15:00	00:00
07:30	02:30		牧範學 9 謙卑聖餐	牧範學 7 小組活動	15:30	00:30
08:00	03:00	安息日學-26年第1季 連結天與地：	要健康就運動 841-842	要健康就運動 843-844	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	2012第三季第3集(中) 2012第三季第3集(粵)			17:00	02:00
09:30	04:30	健康新知 1033 減重手術大解密	蔬食go健康 632 摩洛哥辣味時蔬	蔬食go健康 633 煎豆腐沙拉胡麻味噌和風醬	17:30	02:30
10:00	05:00	語取語求 24 洗盡鉛華	安息日學-15年第4季 「耶利米書」的研究 13 來自(耶利米書)的教訓	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 1 天庭的危機	18:00	03:00
10:30	05:30	拾級就主 4	心靈Brunch 126 了解人性你就能夠建造彼此	心靈Brunch 127 書	18:30	03:30
11:00	06:00	安格	膝蓋的力量 32	膝蓋的力量 30	19:00	04:00
11:30	06:30	啟示錄 24	牧範學 7 小組活動	牧範學 8 按手浸禮	19:30	04:30
12:00	07:00	受感之筆 42			20:00	05:00
12:30	07:30	真道時刻 233 全新的你(四)			20:30	05:30
13:00	08:00	重生與聖靈所結的果子	要健康就運動 843-844	要健康就運動 839-840	21:00	06:00
13:30	08:30	信心方程式6	蔬食go健康 633	蔬食go健康 634	21:30	06:30
14:00	09:00	安息日學-26年第1季 連結天與地：	個人佈道法 3 神聖的救贖任務	個人佈道法 4 培養救人的美德	22:00	07:00
14:30	09:30	腓立比書和哥羅西書中的基督			22:30	07:30
15:00	10:00	聖工消息 2012第三季第3集(中) 2012第三季第3集(粵)			23:00	08:00
15:30	10:30	健康新知 1033 減重手術大解密	心靈Brunch 127 書	心靈Brunch 125 透徹人性就能輕鬆自在	23:30	08:30

格林威治	東京	1月13日	1月14日	1月15日	時間	美西
GMT	EST	星期二	星期三	星期四	Beijing	PST
16:00		安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 2 伊甸園的危機	真道時刻 754 羅馬帝國	真道時刻 755 羅馬帝國的宗教	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就運動 843-844	腳前的燈路上的光282 遵守律法就是律法主義嗎Part1	腳前的燈路上的光 283 遵守律法就是律法主義嗎Part2	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 634 油蔥炸薏仁時蔬	好得無比的旅程 17 防免離邑	好得無比的旅程 18 獨一的拯救者	01:30	10:30
18:00	13:00	心靈Brunch 127 書	創世記一百講 2 空虛混沌和黑暗中的上帝	創世記一百講 3 創造週（一）	02:00	11:00
18:30	13:30	豐富人生 110 愛的傳承			02:30	11:30
19:00	14:00	個人佈道法 5 具備獻身的精神	傳承8	傳承9	03:00	12:00
19:30	14:30		耶穌101 徹底翻轉的門徒 74 非凡的寬恕	耶穌101 徹底翻轉的門徒 75 非凡的愛	03:30	12:30
20:00	15:00	牧範學 9 謙卑聖餐	健康新知 693 頭髮再生療法	健康新知 694 非侵入性拉提	04:00	13:00
20:30	15:30		好得無比的旅程 18 獨一的拯救者	好得無比的旅程 19 大衛克羅克特	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就運動 839-840	古經今談 70 The Death Of A Great Leader	古經今談 71 A Prostitute Believes in God!	05:00	14:00
21:30	16:30	膝蓋的力量 32	耶穌101 徹底翻轉的門徒 75 非凡的啟示	耶穌101 徹底翻轉的門徒 76 非凡的啟示	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日學-15年第4季 「耶利米書」的研究 13 來自(耶利米書)的教訓	真道時刻 755 羅馬帝國的宗教	真道時刻 754 羅馬帝國	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 632 摩洛哥辣味時蔬	腳前的燈路上的光 283 遵守律法就是律法主義嗎Part2	腳前的燈路上的光282 遵守律法就是律法主義嗎Part1	07:00	16:00
23:30	18:30	心靈Brunch 125 透徹人性就能輕鬆自在	戀上青年幫 35 友誼萬歲	戀上青年幫 36 為誰整容？為誰服	07:30	16:30
00:00	19:00	個人佈道法 3 神聖的救贖任務	好得無比的旅程 19 大衛克羅克特	好得無比的旅程 17 防免離邑	08:00	17:00
00:30	19:30		創世記一百講 3 創造週（一）	創世記一百講 4 創造週（二）	08:30	17:30
01:00	20:00	豐富人生 110 愛的傳承			09:00	18:00
01:30	20:30	牧範學 7 小組活動	腳前的燈路上的光282 遵守律法就是律法主義嗎Part1	腳前的燈路上的光 283 遵守律法就是律法主義嗎Part2	09:30	18:30
02:00	21:00		古經今談 71 A Prostitute Believes in God!	古經今談 72 Into The Promised Land...	10:00	19:00
02:30	21:30	心靈Brunch 120 「耶利米書」的研究 13 來自(耶利米書)的教訓	戀上青年幫 36 友誼萬歲	戀上青年幫 37 友誼萬歲	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就運動 841-842	健康新知 694 非侵入性拉提	健康新知 695 搶救3C眼	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 633 煎豆腐沙拉胡麻味噌和風醬	傳承9	傳承10	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 1 天庭的危機	真道時刻 754 羅馬帝國	真道時刻 755 羅馬帝國的宗教	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	膝蓋的力量 30	古經今談 74 The Death Of A Great Leader	古經今談 70 A Prostitute Believes in God!	13:00	22:00
05:30	00:30	個人佈道法 4 培養救人的美德	好得無比的旅程 17 防免離邑	好得無比的旅程 18 獨一的拯救者	13:30	22:30
06:00	01:00		腳前的燈路上的光 283 遵守律法就是律法主義嗎Part2	腳前的燈路上的光282 遵守律法就是律法主義嗎Part1	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就運動 843-844	耶穌101 徹底翻轉的門徒 76 非凡的啟示	耶穌101 徹底翻轉的門徒 74 非凡的寬恕	14:30	23:30
07:00	02:00	心靈Brunch 127 書	真道時刻 755 羅馬帝國的宗教	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 生與死 3	15:00	00:00
07:30	02:30	豐富人生 110 愛的傳承			15:30	00:30
08:00	03:00	牧範學 8 按手浸禮	創世記一百講 4 創造週（二）	創世記一百講 2 空虛混沌和黑暗中的上帝	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就運動 839-840	健康新知 695 搶救3C眼	健康新知 693 頭髮再生療法	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 634 油蔥炸薏仁時蔬	戀上青年幫 37 「妝」模作樣	戀上青年幫 35 友誼萬歲	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 2 伊甸園的危機	好得無比的旅程 18 獨一的拯救者	好得無比的旅程 19 大衛克羅克特	18:00	03:00
10:30	05:30		傳承10	傳承8	18:30	03:30
11:00	06:00	心靈Brunch 123 「耶利米書」的研究 13 來自(耶利米書)的教訓	真道時刻 754 羅馬帝國	真道時刻 755 羅馬帝國的宗教	19:00	04:00
11:30	06:30	膝蓋的力量 31			19:30	04:30
12:00	07:00	牧範學 9 謙卑聖餐	古經今談 70 The Death Of A Great Leader	古經今談 71 A Prostitute Believes in God!	20:00	05:00
12:30	07:30		健康新知 693 頭髮再生療法	健康新知 694 非侵入性拉提	20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就運動 841-842	創世記一百講 2 空虛混沌和黑暗中的上帝	創世記一百講 3 創造週（一）	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 632 摩洛哥辣味時蔬			21:30	06:30
14:00	09:00	個人佈道法 5 具備獻身的精神	傳承8	傳承9	22:00	07:00
14:30	09:30		耶穌101 徹底翻轉的門徒 74 非凡的寬恕	耶穌101 徹底翻轉的門徒 75 非凡的愛	22:30	07:30
15:00	10:00	豐富人生 110 愛的傳承	腳前的燈路上的光282 遵守律法就是律法主義嗎Part1	腳前的燈路上的光 283 遵守律法就是律法主義嗎Part2	23:00	08:00
15:30	10:30	心靈Brunch 126 了解人性你就能夠建造彼此	古經今談 71 A Prostitute Believes in God!	古經今談 72 Into The Promised Land...	23:30	08:30

格林威治	美東	1月16日	1月17日	1月18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 生與死 3	健康新知 1034 乳癌大哉問	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 3 全面性的叛亂與先祖	00:00	09:00
16:30	11:30		真道時刻 234 全新的你(五) 如何克服性格上的缺點		00:30	09:30
17:00	12:00	耶穌說 1		要健康就運動 845-846	01:00	10:00
17:30	12:30	好得無比的旅程 19 大衛克羅克特	我的阿拉斯加 1	蔬食go健康 635 焗烤千層時蔬	01:30	10:30
18:00	13:00	創世記一百講 4 創造週 (二)	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 生與死 3	心靈Brunch 128 心懷不平	02:00	11:00
18:30	13:30			與主相遇的人 4 耶穌握了她的手	02:30	11:30
19:00	14:00	傳承10	拾級就主 5 獻身	個人佈道法 6 虔誠生活的影響	03:00	12:00
19:30	14:30	耶穌101 徹底翻轉的門徒 76 非凡的啟示	動物有約1 厄克斯納大象的神祕故事		03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 695 搶救3C眼	安格 啟示錄 25	牧範學 10 神聖婚禮	04:00	13:00
20:30	15:30	好得無比的旅程 17 防兔籠芭			04:30	13:30
21:00	16:00	古經今談 72 Into The Promised Land...	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 生與死 3	要健康就運動 847-848	05:00	14:00
21:30	16:30	耶穌101 徹底翻轉的門徒 74		膝蓋的力量 33	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 生與死 3	語取語求 25 老當益壯	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 4 士師時代的鬥爭與危機	06:00	15:00
22:30	17:30		拾級就主 5 獻身		06:30	15:30
23:00	18:00	耶穌說 1	動物有約1 厄克斯納大象的神祕故事	蔬食go健康 636 金沙炒豆腐	07:00	16:00
23:30	18:30	戀上青年幫 37 「妝」模作樣	健康新知 1034 乳癌大哉問	心靈Brunch 129 讓生命活得精彩	07:30	16:30
00:00	19:00	好得無比的旅程 18 獨一的拯救者	聖工消息 2012第四季第1集(中) 2012第四季第1集(粵)	個人佈道法 7 傳道二十一規範	08:00	17:00
00:30	19:30	創世記一百講 2 空虛混沌和黑暗中的上帝	語取語求 25 老當益壯	與主相遇的人 5 你遇過誰	08:30	17:30
01:00	20:00	耶穌說 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 生與死 3	牧範學 11 抹油喪禮	09:00	18:00
01:30	20:30				09:30	18:30
02:00	21:00	古經今談 70 The Death Of A Great Leader 戀上青年幫 33	真道時刻 234 全新的你(五) 如何克服性格上的缺點	心靈Brunch 130 公平還是不公平	10:00	19:00
02:30	21:30	健康新知 693 頭髮再生療法	我的阿拉斯加 1	要健康就運動 849-850	10:30	19:30
03:00	22:00				11:00	20:00
03:30	22:30	傳承8	聖工消息 2012第四季第1集(中) 2012第四季第1集(粵)	蔬食go健康 637 紫米塔仔豆腐優格醬	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 生與死 3	語取語求 25 老當益壯	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 5 善惡之爭繼續延燒	12:00	21:00
04:30	23:30		健康新知 1034 乳癌大哉問		12:30	21:30
05:00	00:00	好得無比的旅程 19 大衛克羅克特	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 生與死 3	膝蓋的力量 34	13:00	22:00
05:30	00:30			個人佈道法 8 耶穌立下好楷模	13:30	22:30
06:00	01:00	耶穌說 1	語取語求 25 老當益壯		14:00	23:00
06:30	01:30	耶穌101 徹底翻轉的門徒 75 非凡的變	安格 啟示錄 25	要健康就運動 845-846	14:30	23:30
07:00	02:00	真道時刻 754 羅馬帝國	拾級就主 5	心靈Brunch 128 心懷不平	15:00	00:00
07:30	02:30			與主相遇的人 4 耶穌握了她的手	15:30	00:30
08:00	03:00	創世記一百講 3 創造週 (一)	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 生與死 3	牧範學 12 向外佈道	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 694 非侵入性拉提	聖工消息 2012第四季第1集(中) 2012第四季第1集(粵)	要健康就運動 847-848	17:00	02:00
09:30	04:30	戀上青年幫 36 為誰整容？為誰觀	健康新知 1034 乳癌大哉問	蔬食go健康 635 焗烤千層時蔬	17:30	02:30
10:00	05:00	好得無比的旅程 17 防兔籠芭	語取語求 25 老當益壯	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 3 全面性的叛亂與先祖	18:00	03:00
10:30	05:30	傳承9	拾級就主 5 獻身		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 25	心靈Brunch 129 心懷不平	19:00	04:00
11:30	06:30			膝蓋的力量 35	19:30	04:30
12:00	07:00	古經今談 72 Into The Promised Land...	動物有約1 厄克斯納大象的神祕故事	牧範學 10 神聖婚禮	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 695 搶救3C眼	真道時刻 234 全新的你(五) 如何克服性格上的缺點		20:30	05:30
13:00	08:00	創世記一百講 4 創造週 (二)	我的阿拉斯加 1	要健康就運動 849-850 蔬食go健康 636 金沙炒豆腐	21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	傳承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 生與死 3	個人佈道法 6 虔誠生活的影響	22:00	07:00
14:30	09:30	耶穌101 徹底翻轉的門徒 76 非凡的啟示			22:30	07:30
15:00	10:00	耶穌說 1	聖工消息 2012第四季第1集(中) 2012第四季第1集(粵)	與主相遇的人 5 你想痊癒嗎	23:00	08:00
15:30	10:30	古經今談 70 The Death Of A Great Leader	健康新知 1034 乳癌大哉問	心靈Brunch 130 公平還是不公平	23:30	08:30

格林威治	美東	1月19日	1月20日	1月21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 4	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 5	真道時刻 756 猶太人的黨派	00:00	09:00	
16:30	11:30	士師時代的鬥爭與危機	善惡之爭繼續延燒		00:30	09:30	
17:00	12:00	要健康就運動 847-848	要健康就運動 849-850	耶穌說 2	01:00	10:00	
17:30	12:30	蔬食go健康 636 金沙炒豆腐	蔬食go健康 637 紫米塔佐豆腐優格醬	好得無比的旅程 20 最後一位戰士	01:30	10:30	
18:00	13:00	心靈Brunch 129 讓生命活得精彩 與主相遇的人 5	心靈Brunch 130 公平還是不公平	創世記一百講 5 創造週 (三)	02:00	11:00	
18:30	13:30	你想痊癒嗎	豐富人生 112 不放棄的愛		02:30	11:30	
19:00	14:00	個人佈道法 7 傳道二十一規範	個人佈道法 8 耶穌立下好楷模	傳承11	03:00	12:00	
19:30	14:30			耶穌101 徹底翻轉的門徒 77 非凡的主	03:30	12:30	
20:00	15:00			健康新知 696 白內障VS青光眼兩兄弟	04:00	13:00	
20:30	15:30			好得無比的旅程 21 大洋公路	04:30	13:30	
21:00	16:00	要健康就運動 849-850	要健康就運動 845-846	古經今談 73 Friend Or Enemy?	05:00	14:00	
21:30	16:30	膝蓋的力量 34	膝蓋的力量 35	耶穌101 徹底翻轉的門徒 78	05:30	14:30	
22:00	17:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 5	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 3	真道時刻 757 以色列民族的宗教	06:00	15:00	
22:30	17:30	善惡之爭繼續延燒	全面性的叛亂與先祖		06:30	15:30	
23:00	18:00	蔬食go健康 637 紫米塔佐豆腐優格醬	蔬食go健康 635 焗烤千層時蔬	耶穌說 3	07:00	16:00	
23:30	18:30	心靈Brunch 130 公平還是不公平	心靈Brunch 128 心懷不平	戀上青年幫 38 呼召	07:30	16:30	
00:00	19:00	個人佈道法 8 耶穌立下好楷模	個人佈道法 6 虔誠生活的影響	好得無比的旅程 23 毛茸茸的天使	08:00	17:00	
00:30	19:30			創世記一百講 6 最偉大的創造：安息日	08:30	17:30	
01:00	20:00			與主相遇的人 4 耶穌摸了她的手	豐富人生 112 不放棄的愛	09:00	18:00
01:30	20:30			牧範學 12 向外佈道	牧範學 10 神聖婚禮	09:30	18:30
02:00	21:00	心靈Brunch 128 心懷不平	心靈Brunch 129 讓生命活得精彩	古經今談 74 Collapsing Walls! 戀上青年幫 39 牧師的職責 (中場休息)	10:00	19:00	
02:30	21:30	要健康就運動 845-846	要健康就運動 847-848	健康新知 697 賜命百歲	10:30	19:30	
03:00	22:00				11:00	20:00	
03:30	22:30	蔬食go健康 635 焗烤千層時蔬	蔬食go健康 636 金沙炒豆腐	傳承12	11:30	20:30	
04:00	23:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 3	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 4	真道時刻 756 猶太人的黨派	12:00	21:00	
04:30	23:30	全面性的叛亂與先祖	士師時代的鬥爭與危機	古經今談 73 非旦	12:30	21:30	
05:00	00:00	膝蓋的力量 35	膝蓋的力量 33	好得無比的旅程 20 最後一位戰士	13:00	22:00	
05:30	00:30	個人佈道法 6 虔誠生活的影響	個人佈道法 7 傳道二十一規範	耶穌說 2	13:30	22:30	
06:00	01:00						
06:30	01:30	要健康就運動 847-848	要健康就運動 849-850	耶穌101 徹底翻轉的門徒 79 非旦的旅程	14:00	23:00	
07:00	02:00	心靈Brunch 129 讓生命活得精彩 與主相遇的人 5	心靈Brunch 130 公平還是不公平	真道時刻 757 以色列民族的宗教	14:30	23:30	
07:30	02:30	你想痊癒嗎	豐富人生 112 不放棄的愛		15:00	00:00	
08:00	03:00	牧範學 10 神聖婚禮	牧範學 11 抹油喪禮	創世記一百講 7 伊甸園的故事	15:30	00:30	
08:30	03:30						
09:00	04:00	要健康就運動 849-850	要健康就運動 845-846	健康新知 698 快樂菌讓你不再鬱	16:00	01:00	
09:30	04:30	蔬食go健康 636 金沙炒豆腐	蔬食go健康 637 紫米塔佐豆腐優格醬	戀上青年幫 40 我要環遊世界?	16:30	01:30	
10:00	05:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 4	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 5	好得無比的旅程 21 大洋公路	17:00	02:00	
10:30	05:30	士師時代的鬥爭與危機	善惡之爭繼續延燒	傳承13	18:00	03:00	
11:00	06:00	心靈Brunch 130 公平還是不公平	心靈Brunch 126 心懷不平	真道時刻 756 猶太人的黨派	18:30	03:30	
11:30	06:30	膝蓋的力量 33	膝蓋的力量 34	古經今談 73 非旦	19:00	04:00	
12:00	07:00	牧範學 11 抹油喪禮	牧範學 12 向外佈道	健康新知 696 白內障VS青光眼兩兄弟	19:30	04:30	
12:30	07:30			創世記一百講 5 創造週 (三)	20:00	05:00	
13:00	08:00	要健康就運動 845-846	要健康就運動 847-848	傳承11	20:30	05:30	
13:30	08:30	蔬食go健康 637	蔬食go健康 635				
14:00	09:00	個人佈道法 7 傳道二十一規範	個人佈道法 8 耶穌立下好楷模	耶穌101	21:00	06:00	
14:30	09:30	與主相遇的人 4 耶穌摸了她的手	豐富人生 112 不放棄的愛	耶穌說 3	21:30	06:30	
15:00	10:00				22:00	07:00	
15:30	10:30	心靈Brunch 128 心懷不平	心靈Brunch 129 讓生命活得精彩	古經今談 74 Collapsing Walls!	22:30	07:30	

格林威治	美東	1月22日	1月23日	1月24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 757 以色列民族的宗教	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 謙卑中的合一 4	健康新知 1035 用營養穩定血壓保護心血管	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00				01:00	10:00
		耶穌說 3	耶穌說 4	真道時刻 235 全新的你(六) 樂天型的彼得		
17:30	12:30	好得無比的旅程 21 大洋公路	好得無比的旅程 23 毛茸茸的天使	我的阿拉斯加 2	01:30	10:30
18:00	13:00	創世記一百講 6 最偉大的創造：安息日	創世記一百講 7 伊甸園的故事	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 謙卑中的合一 4	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	傳承12	傳承13	拾級就主 6 信心及接受	03:00	12:00
19:30	14:30	耶穌101 徹底翻轉的門徒 78 非凡的洞察力	耶穌101 徹底翻轉的門徒 79 非凡的接受	動物有約2 美麗的狩獵者-大白獅	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 697 腸命百歲	健康新知 698 快樂菌讓你不要鬱	安格 啟示錄 26	04:00	13:00
20:30	15:30	好得無比的旅程 23 毛茸茸的天使	好得無比的旅程 20 最後一位戰士		04:30	13:30
21:00	16:00	古經今談 74 Collapsing Walls!	古經今談 75 Fake!			
21:30	16:30	耶穌101 徹底翻轉的門徒 79 非凡的洞察力	耶穌101 徹底翻轉的門徒 77 非凡的接受	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 謙卑中的合一 4	05:00	14:00
21:30	16:30	耶穌101 徹底翻轉的門徒 79 非凡的洞察力	耶穌101 徹底翻轉的門徒 77 非凡的接受		05:30	14:30
22:00	17:00	真道時刻 756 猶太人的黨派	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 謙卑中的合一 4		06:00	15:00
22:30	17:30			語取語求 26 十災		
23:00	18:00	耶穌說 4	耶穌說 2	拾級就主 6 信心及接受	06:30	15:30
23:30	18:30	戀上青年幫 39 信仰疑難(安息日)	戀上青年幫 40 我要環遊世界?	動物有約2 美麗的狩獵者-大白獅	07:00	16:00
00:00	19:00	好得無比的旅程 20 最後一位戰士	好得無比的旅程 21 大洋公路	健康新知 1035 用營養穩定血壓保護心血管	07:30	16:30
00:30	19:30	創世記一百講 7 伊甸園的故事	創世記一百講 5 創造週(三)	聖工消息 2012第四季第2集(中) 2012第四季第2集(粵)	08:00	17:00
01:00	20:00			語取語求 26 十災	08:30	17:30
01:30	20:30			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 謙卑中的合一 4	09:00	18:00
02:00	21:00	耶穌說 2	耶穌說 3	真道時刻 235 全新的你(六) 樂天型的彼得	09:30	18:30
02:30	21:30	古經今談 75 Fake!	古經今談 73 Friend Or Enemy?	我的阿拉斯加 2	10:00	19:00
02:30	21:30	戀上青年幫 39 我要環遊世界?	戀上青年幫 38 我要環遊世界?		10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 698 快樂菌讓你不要鬱	健康新知 696 白內障VS青光眼兩兄弟		11:00	20:00
03:30	22:30	傳承13	傳承11	聖工消息 2012第四季第2集(中) 2012第四季第2集(粵)	11:30	20:30
04:00	23:00	真道時刻 757 以色列民族的宗教	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 謙卑中的合一 4	語取語求 26 十災	12:00	21:00
04:30	23:30	古經今談 75 Collapsing Walls!	古經今談 74 Collapsing Walls!	健康新知 1035 用營養穩定血壓保護心血管	12:30	21:30
05:00	00:00	好得無比的旅程 21 大洋公路	好得無比的旅程 23 毛茸茸的天使	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 謙卑中的合一 4	13:00	22:00
05:30	00:30			語取語求 26 十災	13:30	22:30
06:00	01:00	耶穌說 3	耶穌說 4	聖工消息 2012第四季第2集(中) 2012第四季第2集(粵)	14:00	23:00
06:30	01:30	耶穌101 徹底翻轉的門徒 77 非凡的洞察力	耶穌101 徹底翻轉的門徒 78 非凡的接受	安格 啟示錄 26	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 謙卑中的合一 4	真道時刻 756 猶太人的黨派		15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	創世記一百講 5 創造週(三)	創世記一百講 6 最偉大的創造：安息日	拾級就主 6 信心及接受	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 謙卑中的合一 4	16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 696 白內障VS青光眼兩兄弟	健康新知 697 腸命百歲	聖工消息 2012第四季第2集(中) 2012第四季第2集(粵)	17:00	02:00
09:30	04:30	戀上青年幫 38 呼召	戀上青年幫 39 信仰疑難(安息日)	健康新知 1035 用營養穩定血壓保護心血管	17:30	02:30
10:00	05:00	好得無比的旅程 23 毛茸茸的天使	好得無比的旅程 20 最後一位戰士	語取語求 26 十災	18:00	03:00
10:30	05:30	傳承11	傳承12	拾級就主 6	18:30	03:30
11:00	06:00	真道時刻 757 以色列民族的宗教	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 謙卑中的合一 4	安格	19:00	04:00
11:30	06:30	古經今談 74 Collapsing Walls!	古經今談 75 Collapsing Walls!	啟示錄 26 動物有約2	19:30	04:30
12:00	07:00	健康新知 697 腸命百歲	健康新知 698 快樂菌讓你不要鬱	真道時刻 235 全新的你(六) 樂天型的彼得	20:00	05:00
12:30	07:30	創世記一百講 6 最偉大的創造：安息日	創世記一百講 7 伊甸園的故事	我的阿拉斯加 2	20:30	05:30
13:00	08:00			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 謙卑中的合一 4	21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	傳承12	傳承13	聖工消息 2012第四季第2集(中) 2012第四季第2集(粵)	22:00	07:00
14:30	09:30	耶穌101	耶穌101	健康新知 1035 用營養穩定血壓保護心血管	22:30	07:30
15:00	10:00	耶穌說 4	耶穌說 2		23:00	08:00
15:30	10:30	古經今談 75 Fake!	古經今談 73 Friend Or Enemy?		23:30	08:30

格林威治	美東	1月25日	1月26日	1月27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1季 叛亂與救贖 6 曠野中的勝利	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 7 耶穌的教訓與善惡之爭	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 8 戰友	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就運動 851-852	要健康就運動 853-854	要健康就運動 855-856	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 638 焗烤藜麥茄盒	蔬食go健康 639 紫米果香糯米雞	蔬食go健康 640 冷拌洋芋鷹嘴豆泥彩捲	01:30	10:30
18:00	13:00	心靈Brunch 131 西方的兩個節日	心靈Brunch 132 觀念	心靈Brunch 133 自我效能感	02:00	11:00
18:30	13:30	與主相遇的人 6 被聖靈充滿的人生	與主相遇的人 7 我也不定你的罪	豐富人生 113 世代傳承	02:30	11:30
19:00	14:00	個人佈道法 9 耶穌傳道的方法	個人佈道法 10 門徒一對一傳道	個人佈道法 11 保羅傳道的方式	03:00	12:00
19:30	14:30				03:30	12:30
20:00	15:00	牧範學 13 個人佈道	牧範學 14 公眾佈道	牧範學 15 佈道形式	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就運動 853-854	要健康就運動 855-856	要健康就運動 851-852	05:00	14:00
21:30	16:30	膝蓋的力量 36	膝蓋的力量 37	膝蓋的力量 38	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 7 耶穌的教訓與善惡之爭	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 8 戰友	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 6 曠野中的勝利	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 639 紫米果香糯米雞	蔬食go健康 640 冷拌洋芋鷹嘴豆泥彩捲	蔬食go健康 638 焗烤藜麥茄盒	07:00	16:00
23:30	18:30	心靈Brunch 132 觀念	心靈Brunch 133 自我效能感	心靈Brunch 131 西方的兩個節日	07:30	16:30
00:00	19:00	個人佈道法 10 門徒一對一傳道	個人佈道法 11 保羅傳道的方式	個人佈道法 9 耶穌傳道的方法	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	與主相遇的人 7 我也不定你的罪	與主相遇的人 6 被聖靈充滿的人生	豐富人生 113 世代傳承	09:00	18:00
01:30	20:30	牧範學 14 公眾佈道	牧範學 15 佈道形式	牧範學 13 個人佈道	09:30	18:30
02:00	21:00				10:00	19:00
02:30	21:30	心靈Brunch 133 自我效能感	心靈Brunch 131 西方的兩個節日	心靈Brunch 132 觀念	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就運動 855-856	要健康就運動 851-852	要健康就運動 853-854	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 640 冷拌洋芋鷹嘴豆泥彩捲	蔬食go健康 638 焗烤藜麥茄盒	蔬食go健康 639 紫米果香糯米雞	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 8 戰友	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 6 曠野中的勝利	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 7 耶穌的教訓與善惡之爭	12:00	21:00
04:30	23:30	膝蓋的力量 37	膝蓋的力量 38	膝蓋的力量 36	12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30	個人佈道法 11 保羅傳道的方式	個人佈道法 9 耶穌傳道的方法	個人佈道法 10 門徒一對一傳道	13:30	22:30
06:00	01:00				14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就運動 851-852	要健康就運動 853-854	要健康就運動 855-856	14:30	23:30
07:00	02:00	心靈Brunch 131 西方的兩個節日	心靈Brunch 132 觀念	心靈Brunch 133 自我效能感	15:00	00:00
07:30	02:30	與主相遇的人 6 被聖靈充滿的人生	與主相遇的人 7 我也不定你的罪	豐富人生 113 世代傳承	15:30	00:30
08:00	03:00	牧範學 15 佈道形式	牧範學 13 個人佈道	牧範學 14 公眾佈道	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就運動 853-854	要健康就運動 855-856	要健康就運動 851-852	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 638 焗烤藜麥茄盒	蔬食go健康 639 紫米果香糯米雞	蔬食go健康 640 冷拌洋芋鷹嘴豆泥彩捲	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 6 曠野中的勝利	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 7 耶穌的教訓與善惡之爭	安息日學-16年第1季 叛亂與救贖 8 戰友	18:00	03:00
10:30	05:30	心靈Brunch 132 觀念	心靈Brunch 133 自我效能感	心靈Brunch 131 西方的兩個節日	18:30	03:30
11:00	06:00				19:00	04:00
11:30	06:30	膝蓋的力量 38	膝蓋的力量 36	膝蓋的力量 37	19:30	04:30
12:00	07:00	牧範學 13 個人佈道	牧範學 14 公眾佈道	牧範學 15 佈道形式	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就運動 855-856	要健康就運動 851-852	要健康就運動 853-854	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 639	蔬食go健康 640	蔬食go健康 638	21:30	06:30
14:00	09:00	個人佈道法 9 耶穌傳道的方法	個人佈道法 10 門徒一對一傳道	個人佈道法 11 保羅傳道的方式	22:00	07:00
14:30	09:30	與主相遇的人 7 我也不定你的罪	與主相遇的人 6 被聖靈充滿的人生	豐富人生 113 世代傳承	22:30	07:30
15:00	10:00				23:00	08:00
15:30	10:30	心靈Brunch 133 自我效能感	心靈Brunch 131 西方的兩個節日	心靈Brunch 132 觀念	23:30	08:30

格林威治	美東	1月28日	1月29日	1月30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 758 新約正典的形成	真道時刻 759 新約聖經的語言	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	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00				01:00	10:00
17:30	12:30	耶穌說 5	耶穌說 6	耶穌說 7	01:30	10:30
18:00	13:00	好得無比的旅程 24 活埋	好得無比的旅程 25 庫克船長	好得無比的旅程 26 噴射機機長的旅程	02:00	11:00
18:30	13:30	創世記一百講 8 上帝親自建立的第一個家庭	創世記一百講 9 第一個亞當的失敗，第二個亞當的勝利	創世記一百講 10 基督教不是宗教		
19:00	14:00	傳承14	傳承15	傳承16	02:30	11:30
19:30	14:30	徹底翻轉的門徒 80 非凡的呼召	徹底翻轉的門徒 81 非凡的同理心	徹底翻轉的門徒 82 非凡的價值	03:00	12:00
20:00	15:00	健康新知 699 輕鬆減重	健康新知 700 減脂不復胖	健康新知 701 預防痛風	03:30	12:30
20:30	15:30	好得無比的旅程 25 庫克船長	好得無比的旅程 26 噴射機機長的旅程	好得無比的旅程 24 活埋	04:00	13:00
21:00	16:00	古經今談 76 Strong Man	古經今談 77 The Strong Man's Curse	古經今談 78 Bringing The House Down!	04:30	13:30
21:30	16:30	耶穌101 徹底翻轉的門徒 81 非凡的同理心	耶穌101 徹底翻轉的門徒 82 非凡的同理心	耶穌101 徹底翻轉的門徒 80 非凡的價值	05:00	14:00
22:00	17:00	真道時刻 759 新約聖經的語言	真道時刻 758 新約正典的形成	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	05:30	14:30
22:30	17:30				06:00	15:00
23:00	18:00	耶穌說 6	耶穌說 7	耶穌說 5	06:30	15:30
23:30	18:30	戀上青年幫 41 孩子對父母的期望	戀上青年幫 42 行山樂趣	戀上青年幫 44 信仰疑難（食物）	07:00	16:00
00:00	19:00	好得無比的旅程 26 噴射機機長的旅程	好得無比的旅程 24 活埋	好得無比的旅程 25 庫克船長	07:30	16:30
00:30	19:30	創世記一百講 9 第一個亞當的失敗，第二個亞當的勝利	創世記一百講 10 基督教不是宗教	創世記一百講 8 上帝親自建立的第一個家庭	08:00	17:00
01:00	20:00	耶穌說 7	耶穌說 5	耶穌說 6	08:30	17:30
01:30	20:30				09:00	18:00
02:00	21:00				09:30	18:30
02:30	21:30	古經今談 77 The Strong Man's Curse	古經今談 78 Bringing The House Down!	古經今談 76 Strong Man	10:00	19:00
03:00	22:00	健康新知 700 減脂不復胖	健康新知 701 預防痛風	健康新知 699 輕鬆減重	10:30	19:30
03:30	22:30	傳承15	傳承16	傳承14	11:00	20:00
04:00	23:00	真道時刻 758 新約正典的形成	真道時刻 759 新約聖經的語言	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	11:30	20:30
04:30	23:30	古經今談 76 Strong Man	古經今談 77 The Strong Man's Curse	古經今談 78 Bringing The House Down!	12:00	21:00
05:00	00:00	好得無比的旅程 24 活埋	好得無比的旅程 25 庫克船長	好得無比的旅程 26 噴射機機長的旅程	12:30	21:30
05:30	00:30	耶穌說 5	耶穌說 6	耶穌說 7	13:00	22:00
06:00	01:00	耶穌101 徹底翻轉的門徒 82 非凡的同理心	耶穌101 徹底翻轉的門徒 80 非凡的呼召	耶穌101 徹底翻轉的門徒 81 非凡的價值	13:30	22:30
06:30	01:30	真道時刻 759 新約聖經的語言	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	真道時刻 758 新約正典的形成	14:00	23:00
07:00	02:00	創世記一百講 10 基督教不是宗教	創世記一百講 8 上帝親自建立的第一個家庭	創世記一百講 9 第一個亞當的失敗，第二個亞當的勝利	14:30	23:30
07:30	02:30				15:00	00:00
08:00	03:00	健康新知 701 預防痛風	健康新知 699 輕鬆減重	健康新知 700 減脂不復胖	15:30	00:30
08:30	03:30	戀上青年幫 44 信仰疑難（食物）	戀上青年幫 41 孩子對父母的期望	戀上青年幫 42 行山樂趣	16:00	01:00
09:00	04:00	好得無比的旅程 25 庫克船長	好得無比的旅程 26 噴射機機長的旅程	好得無比的旅程 24 活埋	16:30	01:30
10:00	05:00	傳承16	傳承14	傳承15	17:00	02:00
10:30	05:30	真道時刻 758 新約正典的形成	真道時刻 759 新約聖經的語言	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	17:30	02:30
11:00	06:00	古經今談 76 Strong Man	古經今談 77 The Strong Man's Curse	古經今談 78 Bringing The House Down!	18:00	03:00
11:30	06:30	健康新知 699 輕鬆減重	健康新知 700 減脂不復胖	健康新知 701 預防痛風	18:30	03:30
12:00	07:00	創世記一百講 8 上帝親自建立的第一個家庭	創世記一百講 9 第一個亞當的失敗，第二個亞當的勝利	創世記一百講 10 基督教不是宗教	19:00	04:00
12:30	07:30	傳承14	傳承15	傳承16	19:30	04:30
13:00	08:00	耶穌101	耶穌101	耶穌101	20:00	05:00
13:30	08:30	耶穌說 6	耶穌說 7	耶穌說 5	20:30	05:30
14:00	09:00	古經今談 77 The Strong Man's Curse	古經今談 78 Bringing The House Down!	古經今談 76 Strong Man	21:00	06:00
14:30	09:30	耶穌說 6	耶穌說 7	耶穌說 5	21:30	06:30
15:00	10:00				22:00	07:00
15:30	10:30				22:30	07:30
					23:00	08:00
					23:30	08:30

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) 暴跳型的保羅			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薑湯	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（當門徒的考驗）	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	03:00	12:00
19:30	14:30	動物有約3 不可思議的鯊魚鯨躍			03:30	12:30
20:00	15:00	安格 啟示錄 27	牧範學 16 行政管理	牧範學 17 會議功能	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 859-860	要健康就運動 861-862	05:00	14:00
21:30	16:30	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 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（當門徒的考驗）			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薑湯	蔬食go健康 643 巧克力檸檬馬德膏	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)	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	08:00	17:00
00:30	19:30	語取語求 27 再談十災			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) 暴跳型的保羅			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 巧克力檸檬馬德膏	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（當門徒的考驗）	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-26年第1季 連結天與地：	牧範學 18 辦好會議	牧範學 16 行政管理	16:00	01:00
08:30	03:30	腓立比書和哥羅西書中的基督 在夜空中閃耀 5			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薑湯	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（當門徒的考驗）			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) 暴跳型的保羅			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薑湯	蔬食go健康 643 巧克力檸檬馬德膏	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