

格林威治 GMT	美东 EST	10月27日 星期一	10月28日 星期二	10月29日 星期三	时间 PST	美西
16:00	11:00	安息日学-15年第2季 路加福音 7 耶稣，圣灵，祷告	安息日学-15年第2季 路加福音 8 耶稣的使命	真道时刻 732 完全的镜影不是什么	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 551-552	要健康就运动 553-554	脚前的灯路上的光 248 耶稣现在在做什么？(上)	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 514 罗汉碧螺捻双冬	蔬食go健康 515 风车萝卜脆藕排	好得无比的旅程 184 耶路撒冷的论陷系列 第一集 罗马与天国	01:30	10:30
18:00	13:00	心灵Brunch 81 社会新鲜人的职场关系	心灵Brunch 86 17岁	第七日3-中文	02:00	11:00
18:30	13:30	颂赞主恩 35	丰富人生 107 重回梦想		02:30	11:30
19:00	14:00	安格 心理学导论 16 心理学导论16	安格 心理学导论 17 心理学导论17	经声今示 45 普世宗教联盟的新政策5	03:00	12:00
19:30	14:30			耶稣101 第五本福音 启示录 41 羔羊与牧羊人	03:30	12:30
20:00	15:00	宗教比较学 20 五教演变-基督教4	宗教比较学 21 五教经典-孔教1	健康新知 659 说故事高手	04:00	13:00
20:30	15:30			好得无比的旅程 185 耶路撒冷的论陷系列 第二集 围城之战	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 553-554	要健康就运动 549-550	古经今谈 37 What Do You Do When You' re Starving?	05:00	14:00
21:30	16:30	基督徒家庭 54	基督徒家庭 55	耶稣101 第五本福音 启示录 42 米迦勒与撒旦	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-15年第2季 路加福音 8 耶稣的使命	安息日学-15年第2季 路加福音 6 在耶稣传道事工中的女性	真道时刻 733 镜影别人	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 515 风车萝卜脆藕排	蔬食go健康 513 御膳黄金蟹丝卷	脚前的灯路上的光 249 耶稣现在在做什么？(下)	07:00	16:00
23:30	18:30	心灵Brunch 86 17岁	心灵Brunch 80 主管-人际关系的经营	婚姻指南 8 钱财问题	07:30	16:30
00:00	19:00	安格 心理学导论 17 心理学导论17	安格 心理学导论 15 心理学导论15	好得无比的旅程 186 耶路撒冷的论陷系列 第三集 天国得胜	08:00	17:00
00:30	19:30			第七日4-中文	08:30	17:30
01:00	20:00	颂赞主恩 34	丰富人生 107 重回梦想		09:00	18:00
01:30	20:30	宗教比较学 21 五教经典-孔教1	宗教比较学 19 五教演变-基督教3	脚前的灯路上的光 250 人死后会如何？(上)	09:30	18:30
02:00	21:00			古经今谈 38 The Cup Test	10:00	19:00
02:30	21:30	心灵Brunch 80 主管-人际关系的经营	心灵Brunch 81 社会新鲜人的职场关系	婚姻指南 9 恋爱与婚姻的沟通	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 549-550	要健康就运动 551-552	健康新知 660 寂静世界的沟通	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 513 御膳黄金蟹丝卷	蔬食go健康 514 罗汉碧螺捻双冬	经声今示 46 女性按牧的新解释1	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-15年第2季 路加福音 6 在耶稣传道事工中的女性	安息日学-15年第2季 路加福音 8 耶稣，圣灵，祷告	真道时刻 732 完全的镜影不是什么	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	基督徒家庭 55	基督徒家庭 53	古经今谈 39 The Cup Test	13:00	22:00
05:30	00:30	安格 心理学导论 15 心理学导论15	安格 心理学导论 16 心理学导论16	好得无比的旅程 184 耶路撒冷的论陷系列 第一集 罗马与天国	13:30	22:30
06:00	01:00			脚前的灯路上的光 248 耶稣现在在做什么？(上)	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 551-552	要健康就运动 553-554	耶稣101 第五本福音 启示录 43 胜利的羔羊	14:30	23:30
07:00	02:00	心灵Brunch 81 社会新鲜人的职场关系	心灵Brunch 86 17岁	真道时刻 733 镜影别人	15:00	00:00
07:30	02:30	颂赞主恩 35	丰富人生 107 重回梦想		15:30	00:30
08:00	03:00	宗教比较学 19 五教演变-基督教3	宗教比较学 20 五教演变-基督教4	第七日3-中文	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 553-554	要健康就运动 549-550	健康新知 661 听障人协会	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 514 罗汉碧螺捻双冬	蔬食go健康 515 风车萝卜脆藕排	婚姻指南 10 接纳对方	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-15年第2季 路加福音 7 耶稣，圣灵，祷告	安息日学-15年第2季 路加福音 8 耶稣的使命	好得无比的旅程 185 耶路撒冷的论陷系列 第二集 围城之战	18:00	03:00
10:30	05:30			经声今示 47 女性按牧的新解释2	18:30	03:30
11:00	06:00	心灵Brunch 86 17岁	心灵Brunch 80 主管-人际关系的经营	真道时刻 732 完全的镜影不是什么	19:00	04:00
11:30	06:30	基督徒家庭 53	基督徒家庭 54		19:30	04:30
12:00	07:00	宗教比较学 20 五教演变-基督教4	宗教比较学 21 五教经典-孔教1	古经今谈 37 What Do You Do When You' re Starving?	20:00	05:00
12:30	07:30			健康新知 659 说故事高手	20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 549-550	要健康就运动 551-552	第七日4-中文	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 515 风车萝卜脆藕排	蔬食go健康 513 御膳黄金蟹丝卷		21:30	06:30
14:00	09:00	安格 心理学导论 16 心理学导论16	安格 心理学导论 17 心理学导论17	经声今示 45 普世宗教联盟的新政策5	22:00	07:00
14:30	09:30			耶稣101 第五本福音 启示录 41 羔羊与牧羊人	22:30	07:30
15:00	10:00	颂赞主恩 34	丰富人生 107 重回梦想	脚前的灯路上的光 249 耶稣现在在做什么？(下)	23:00	08:00
15:30	10:30	心灵Brunch 80 主管-人际关系的经营	心灵Brunch 81 社会新鲜人的职场关系	古经今谈 38 The Cup Test	23:30	08:30

格林威治 GMT	美东 EST	10月30日 星期四	10月31日 星期五	11月1日 星期六	时间 Beijing	美西 PST
16:00	11:00	真道时刻 733 饶恕别人	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 上帝为你而战 5	健康新知 1023 抗逆流内视镜治疗	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00				01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 185 耶路撒冷的沦陷系列 第二集 围城之战	好得无比的旅程 186 耶路撒冷的沦陷系列 第三集 天国得胜	惊讶的发现-在圣经的土地上 在埃及震惊世界的发现 1	01:30	10:30
18:00	13:00				02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	经声今示 46 女性按牧的新解释1	经声今示 47 女性按牧的新解释2	传承20	03:00	12:00
19:30	14:30	耶稣101 第五本福音 启示录 42 米迦勒与撒旦	耶稣101 第五本福音 启示录 43 胜利的羔羊	受感之笔 32	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 660 寂静世界的沟通	健康新知 661 听障人协会	安格 启示录 14	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 186 耶路撒冷的沦陷系列 第三集 天国得胜	好得无比的旅程 184 耶路撒冷的沦陷系列 第一集 罗马与天国		04:30	13:30
21:00	16:00	古经今谈 38 The Cup Test	古经今谈 39 A Dead Son Lives	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 上帝为你而战 5	05:00	14:00
21:30	16:30	耶稣101 第五本福音 启示录 43 胜利的羔羊	耶稣101 第五本福音 启示录 41 羔羊与牧羊人		05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 732 完全的饶恕不是什么	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 上帝为你而战 5	圣工消息 2025第四季第2集(中) 2025第四季第2集(粵)	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00				07:00	16:00
23:30	18:30	婚姻指南 9 成为更佳理想的伴侣	婚姻指南 10 谈判对方	健康新知 1023 抗逆流内视镜治疗	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 184 耶路撒冷的沦陷系列 第一集 罗马与天国	好得无比的旅程 185 耶路撒冷的沦陷系列 第二集 围城之战	圣工消息 2025第四季第2集(中) 2025第四季第2集(粵)	08:00	17:00
00:30	19:30	第七日3-中文	信心的勇士 抹大拉的马利亚 1		08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30				09:30	18:30
02:00	21:00	古经今谈 39 A Dead Son Lives	古经今谈 37 What Do You Do When You're Starving?	惊讶的发现-在圣经的土地上 在埃及震惊世界的发现 1	10:00	19:00
02:30	21:30	婚姻指南 10 婚姻回春	婚姻指南 8 钱财问题		10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 661 听障人协会	健康新知 659 说故事高手		11:00	20:00
03:30	22:30	经声今示 47 女性按牧的新解释2	经声今示 45 普世宗教联盟的新政策5	圣工消息 2025第四季第2集(中) 2025第四季第2集(粵)	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 733 饶恕别人	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 上帝为你而战 5		12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00				13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 185 耶路撒冷的沦陷系列 第三集 围城之战	好得无比的旅程 186 耶路撒冷的沦陷系列 第三集 天国得胜	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 上帝为你而战 5	13:30	22:30
06:00	01:00	脚前的路上的光 249 耶稣现在在做什么？(下)	脚前的路上的光 250 人死后会如何？(上)	请取请求 14 雅各布	14:00	23:00
06:30	01:30	耶稣101 第五本福音 启示录 41 羔羊与牧羊人	耶稣101 第五本福音 启示录 42 米迦勒与撒旦	安格 启示录 14	14:30	23:30
07:00	02:00	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 上帝为你而战 5	真道时刻 732 完全的饶恕不是什么		15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00				16:00	01:00
08:30	03:30	第七日4-中文	信心的勇士 抹大拉的马利亚 1	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 上帝为你而战 5	16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 659 说故事高手	健康新知 660 寂静世界的沟通	圣工消息 2025第四季第2集(中) 2025第四季第2集(粵)	17:00	02:00
09:30	04:30	婚姻指南 8 钱财问题	婚姻指南 9 成为更佳理想的伴侣	健康新知 1023 抗逆流内视镜治疗	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 186 耶路撒冷的沦陷系列 第三集 天国得胜	好得无比的旅程 184 耶路撒冷的沦陷系列 第一集 罗马与天国	请取请求 14 雅各布	18:00	03:00
10:30	05:30	经声今示 45 普世宗教联盟的新政策5	经声今示 46 女性按牧的新解释1	传承20	18:30	03:30
11:00	06:00	真道时刻 733 饶恕别人	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 上帝为你而战 5	安格 启示录 14	19:00	04:00
11:30	06:30				19:30	04:30
12:00	07:00	古经今谈 38 The Cup Test	古经今谈 39 A Dead Son Lives	受感之笔 32	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 660 寂静世界的沟通	健康新知 661 听障人协会	惊讶的发现-在圣经的土地上 在埃及震惊世界的发现 1	20:30	05:30
13:00	08:00	第七日3-中文	信心的勇士 抹大拉的马利亚 1		21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	经声今示 46 女性按牧的新解释1	经声今示 47 女性按牧的新解释2	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 上帝为你而战 5	22:00	07:00
14:30	09:30	耶稣101 第五本福音 启示录 42 米迦勒与撒旦	耶稣101 第五本福音 启示录 43 胜利的羔羊		22:30	07:30
15:00	10:00	脚前的路上的光 250 人死后会如何？(上)	脚前的路上的光 248 耶稣现在在做什么？(上)	圣工消息 2025第四季第2集(中) 2025第四季第2集(粵)	23:00	08:00
15:30	10:30	古经今谈 39 A Dead Son Lives	古经今谈 37 What Do You Do When You're Starving?	健康新知 1023 抗逆流内视镜治疗	23:30	08:30

格林威治 GMT	美东 EST	11月2日 星期日	11月3日 星期一	11月4日 星期二	时间 Beijing PST	美西 PST
16:00	11:00	安息日学-15年第2季 路加福音 9 耶稣，邦君之邦	安息日学-15年第2季 路加福音 10 每天跟随耶稣	安息日学-15年第2季 路加福音 11 上帝的国	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 555-556	要健康就运动 557-558	要健康就运动 559-560	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 516 麻婆豆腐三蔬羹	蔬食go健康 517 南乳豆腐韭菜羹	蔬食go健康 518 月亮虾饼	01:30	10:30
18:00	13:00	心灵Brunch 87 谁是金钱真正的主人	心灵Brunch 88 我们究竟在为谁工作	心灵Brunch 89 需要 必要 想要	02:00	11:00
18:30	13:30	颂赞主恩 36	颂赞主恩 37	丰富人生 87 崭新的人生	02:30	11:30
19:00	14:00	安格 心理学导论 18 心理学导论18	安格 心理学导论 19 心理学导论19	安格 心理学导论 20 心理学导论20	03:00	12:00
19:30	14:30				03:30	12:30
20:00	15:00	宗教比较学 22 五教经典-孔教2	宗教比较学 23 五教经典-佛教	宗教比较学 24 五教经典-道教	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 557-558	要健康就运动 559-560	要健康就运动 555-556	05:00	14:00
21:30	16:30	基督徒家庭 56	膝盖的力量 1	膝盖的力量 2	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-15年第2季 路加福音 10 每天跟随耶稣	安息日学-15年第2季 路加福音 11 上帝的国	安息日学-15年第2季 路加福音 9 耶稣，邦君之邦	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 517 南乳豆腐韭菜羹	蔬食go健康 518 月亮虾饼	蔬食go健康 516 麻婆豆腐三蔬羹	07:00	16:00
23:30	18:30	心灵Brunch 88 我们究竟在为谁工作	心灵Brunch 89 需要 必要 想要	心灵Brunch 87 谁是金钱真正的主人	07:30	16:30
00:00	19:00	安格 心理学导论 19 心理学导论19	安格 心理学导论 20 心理学导论20	安格 心理学导论 18 心理学导论18	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	颂赞主恩 37	颂赞主恩 36	丰富人生 87 崭新的人生	09:00	18:00
01:30	20:30	宗教比较学 23 五教经典-佛教	宗教比较学 24 五教经典-道教	宗教比较学 22 五教经典-孔教2	09:30	18:30
02:00	21:00				10:00	19:00
02:30	21:30	心灵Brunch 89 需要 必要 想要	心灵Brunch 87 谁是金钱真正的主人	心灵Brunch 88 我们究竟在为谁工作	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 559-560	要健康就运动 555-556	要健康就运动 557-558	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 518 月亮虾饼	蔬食go健康 516 麻婆豆腐三蔬羹	蔬食go健康 517 南乳豆腐韭菜羹	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-15年第2季 路加福音 11 上帝的国	安息日学-15年第2季 路加福音 9 耶稣，邦君之邦	安息日学-15年第2季 路加福音 10 每天跟随耶稣	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	基督徒家庭 56	膝盖的力量 2	膝盖的力量 1	13:00	22:00
05:30	00:30	安格 心理学导论 20 心理学导论20	安格 心理学导论 18 心理学导论18	安格 心理学导论 19 心理学导论19	13:30	22:30
06:00	01:00				14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 555-556	要健康就运动 557-558	要健康就运动 559-560	14:30	23:30
07:00	02:00	心灵Brunch 87 谁是金钱真正的主人	心灵Brunch 88 我们究竟在为谁工作	心灵Brunch 89 需要 必要 想要	15:00	00:00
07:30	02:30	颂赞主恩 36	颂赞主恩 37	丰富人生 87 崭新的人生	15:30	00:30
08:00	03:00	宗教比较学 24 五教经典-道教	宗教比较学 22 五教经典-孔教2	宗教比较学 23 五教经典-佛教	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 557-558	要健康就运动 559-560	要健康就运动 555-556	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 516 麻婆豆腐三蔬羹	蔬食go健康 517 南乳豆腐韭菜羹	蔬食go健康 518 月亮虾饼	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-15年第2季 路加福音 9 耶稣，邦君之邦	安息日学-15年第2季 路加福音 10 每天跟随耶稣	安息日学-15年第2季 路加福音 11 上帝的国	18:00	03:00
10:30	05:30				18:30	03:30
11:00	06:00	心灵Brunch 88 我们究竟在为谁工作	心灵Brunch 89 需要 必要 想要	心灵Brunch 87 谁是金钱真正的主人	19:00	04:00
11:30	06:30	基督徒家庭 56	膝盖的力量 1	膝盖的力量 2	19:30	04:30
12:00	07:00	宗教比较学 22 五教经典-孔教2	宗教比较学 23 五教经典-佛教	宗教比较学 24 五教经典-道教	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 559-560	要健康就运动 555-556	要健康就运动 557-558	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 517 南乳豆腐韭菜羹	蔬食go健康 516 月亮虾饼	蔬食go健康 518 麻婆豆腐三蔬羹	21:30	06:30
14:00	09:00	安格 心理学导论 18 心理学导论18	安格 心理学导论 19 心理学导论19	安格 心理学导论 20 心理学导论20	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	颂赞主恩 37	颂赞主恩 36	丰富人生 87 崭新的人生	23:00	08:00
15:30	10:30	心灵Brunch 89 需要 必要 想要	心灵Brunch 87 谁是金钱真正的主人	心灵Brunch 88 我们究竟在为谁工作	23:30	08:30

格林威治 GMT	美东 EST	11月5日 星期三	11月6日 星期四	11月7日 星期五	时间 Beijing	美西 PST
16:00	11:00	真道时刻 734 饶恕自己	真道时刻 735 当弟兄绊倒时	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 内部的敌人 6	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	脚前的灯路上的光 251 人死后会如何？(下)	脚前的灯路上的光 252 何谓地狱？在哪里？(上)	脚前的灯路上的光 253 何谓地狱？在哪里？(下)	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 187 以巴冲突的暴力循环，终点何在？	好得无比的旅程 190 阿尔布雷希特·杜勒〈祈祷的手〉背后的感人故事	好得无比的旅程 191 脑与肠的连结：食物如何塑造你的心智	01:30	10:30
18:00	13:00	婚姻与家庭 1 上帝给人类的礼物	婚姻与家庭 2 婚姻与婚礼的意义	婚姻与家庭 3 如何选择终身伴侣	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	经声今示 48 女性按牧的新解释3	经声今示 49 女性按牧的新解释4	经声今示 50 女性按牧的新解释5	03:00	12:00
19:30	14:30	耶稣101 第五本福音 启示录 44 最终的摩西	耶稣101 第五本福音 启示录 45 万王之王	耶稣101 第五本福音 启示录 46 永恒的父	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 662 中医疗不孕症	健康新知 663 中医助你安眠好睡	健康新知 664 发炎性肠道	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 190 阿尔布雷希特·杜勒〈祈祷的手〉背后的感人故事	好得无比的旅程 191 脑与肠的连结：食物如何塑造你的心智	好得无比的旅程 187 以巴冲突的暴力循环，终点何在？	04:30	13:30
21:00	16:00	古经今谈 40 From Garden To Coffin	古经今谈 41 A Death Decree--Against Babies!	古经今谈 42 A Cradle That Floats	05:00	14:00
21:30	16:30	耶稣101 第五本福音 启示录 45 万王之王	耶稣101 第五本福音 启示录 46 永恒的父	耶稣101 第五本福音 启示录 44 最终的摩西	05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 735 当弟兄绊倒时	真道时刻 734 饶恕自己	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 内部的敌人 6	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	脚前的灯路上的光 252 何谓地狱？在哪里？(上)	脚前的灯路上的光 253 何谓地狱？在哪里？(下)	脚前的灯路上的光 251 人死后会如何？(下)	07:00	16:00
23:30	18:30	恋上青年帮 1 有父母的孤儿	恋上青年帮 2 快活过神仙	恋上青年帮 3 儿时玩童 1	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 191 脑与肠的连结：食物如何塑造你的心智	好得无比的旅程 187 以巴冲突的暴力循环，终点何在？	好得无比的旅程 190 阿尔布雷希特·杜勒〈祈祷的手〉背后的感人故事	08:00	17:00
00:30	19:30	婚姻与家庭 2 婚姻与婚礼的意义	婚姻与家庭 3 如何选择终身伴侣	婚姻与家庭 1 上帝给人类的礼物	08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	脚前的灯路上的光 253 何谓地狱？在哪里？(下)	脚前的灯路上的光 251 人死后会如何？(下)	脚前的灯路上的光 252 何谓地狱？在哪里？(上)	09:30	18:30
02:00	21:00	古经今谈 41 A Death Decree--Against Babies!	古经今谈 42 A Cradle That Floats	古经今谈 40 From Garden To Coffin	10:00	19:00
02:30	21:30	恋上青年帮 2 有父母的孤儿	恋上青年帮 3 儿时玩童 1	恋上青年帮 1 有父母的孤儿	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 663 中医助你安眠好睡	健康新知 664 发炎性肠道	健康新知 662 中医疗不孕症	11:00	20:00
03:30	22:30	经声今示 49 女性按牧的新解释4	经声今示 50 女性按牧的新解释5	经声今示 48 女性按牧的新解释3	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 734 饶恕自己	真道时刻 735 当弟兄绊倒时	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 内部的敌人 6	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	古经今谈 42 A Cradle That Floats	古经今谈 40 From Garden To Coffin	古经今谈 41 A Death Decree--Against Babies!	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 187 以巴冲突的暴力循环，终点何在？	好得无比的旅程 190 阿尔布雷希特·杜勒〈祈祷的手〉背后的感人故事	好得无比的旅程 191 脑与肠的连结：食物如何塑造你的心智	13:30	22:30
06:00	01:00	脚前的灯路上的光 251 人死后会如何？(下)	脚前的灯路上的光 252 何谓地狱？在哪里？(上)	脚前的灯路上的光 253 何谓地狱？在哪里？(下)	14:00	23:00
06:30	01:30	耶稣101 第五本福音 启示录 46 永恒的父	耶稣101 第五本福音 启示录 44 最终的摩西	耶稣101 第五本福音 启示录 45 万王之王	14:30	23:30
07:00	02:00	真道时刻 735 当弟兄绊倒时	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 内部的敌人 6	真道时刻 734 饶恕自己	15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	婚姻与家庭 3 如何选择终身伴侣	婚姻与家庭 1 上帝给人类的礼物	婚姻与家庭 2 婚姻与婚礼的意义	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 664 发炎性肠道	健康新知 662 中医疗不孕症	健康新知 663 中医助你安眠好睡	17:00	02:00
09:30	04:30	恋上青年帮 3 儿时玩童 1	恋上青年帮 1 有父母的孤儿	恋上青年帮 2 快活过神仙	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 190 阿尔布雷希特·杜勒〈祈祷的手〉背后的感人故事	好得无比的旅程 191 脑与肠的连结：食物如何塑造你的心智	好得无比的旅程 187 以巴冲突的暴力循环，终点何在？	18:00	03:00
10:30	05:30	经声今示 50 女性按牧的新解释5	经声今示 48 女性按牧的新解释3	经声今示 49 女性按牧的新解释4	18:30	03:30
11:00	06:00	真道时刻 734 饶恕自己	真道时刻 735 当弟兄绊倒时	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 内部的敌人 6	19:00	04:00
11:30	06:30	古经今谈 40 From Garden To Coffin	古经今谈 41 A Death Decree--Against Babies!	古经今谈 42 A Cradle That Floats	19:30	04:30
12:00	07:00	健康新知 662 中医疗不孕症	健康新知 663 中医助你安眠好睡	健康新知 664 发炎性肠道	20:00	05:00
12:30	07:30	婚姻与家庭 1 上帝给人类的礼物	婚姻与家庭 2 婚姻与婚礼的意义	婚姻与家庭 3 如何选择终身伴侣	20:30	05:30
13:00	08:00	经声今示 48 女性按牧的新解释3	经声今示 49 女性按牧的新解释4	经声今示 50 女性按牧的新解释5	21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	耶稣101 第五本福音 启示录 44 最终的摩西	耶稣101 第五本福音 启示录 45 万王之王	耶稣101 第五本福音 启示录 46 永恒的父	22:00	07:00
14:30	09:30	脚前的灯路上的光 252 何谓地狱？在哪里？(上)	脚前的灯路上的光 253 何谓地狱？在哪里？(下)	脚前的灯路上的光 251 人死后会如何？(下)	22:30	07:30
15:00	10:00	古经今谈 41 A Death Decree--Against Babies!	古经今谈 42 A Cradle That Floats	古经今谈 40 From Garden To Coffin	23:00	08:00
15:30	10:30	好得无比的旅程 187 以巴冲突的暴力循环，终点何在？	好得无比的旅程 190 阿尔布雷希特·杜勒〈祈祷的手〉背后的感人故事	好得无比的旅程 191 脑与肠的连结：食物如何塑造你的心智	23:30	08:30

格林政治 GMT	美东 EST	11月8日 星期六	11月9日 星期日	11月10日 星期一	时间 Beijing	美西 PST
16:00	11:00	健康新知 1024 儿童睡眠呼吸中止症	安息日学-15年第2季 路加福音 12 耶稣在耶路撒冷	安息日学-15年第2季 路加福音 13 被钉和复活	00:00	09:00
16:30	11:30	惊讶的发现-在圣经的土地上 巴比伦、苏美尔及权利的追求 2			00:30	09:30
17:00	12:00		要健康就运动 561-562	要健康就运动 563-564	01:00	10:00
17:30	12:30		蔬食go健康 519 普罗旺斯时蔬蛋	蔬食go健康 520 香炒恒扣蘑菇蓝纹奶酪焗	01:30	10:30
18:00	13:00	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 内部的敌人 6	心灵Brunch 90 金钱与人生	心灵Brunch 91 年老	02:00	11:00
18:30	13:30		颂赞主恩 38	颂赞主恩 39	02:30	11:30
19:00	14:00	善恶之争 1	安格 心理学导论 21 心理学导论21	安格 心理学导论22 心理学导论22	03:00	12:00
19:30	14:30	受感之笔 33			03:30	12:30
20:00	15:00	安格 启示录 15	宗教比较学 25 五教经典-基督教	宗教比较学 26 五教思想概观-孔教	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 内部的敌人 6	要健康就运动 563-564	要健康就运动 565-566	05:00	14:00
21:30	16:30		膝盖的力量 3	膝盖的力量 4	05:30	14:30
22:00	17:00	语取请求 15 再谈雅各布	安息日学-15年第2季 路加福音 13 被钉和复活	安息日学-15年第2季 路加福音 12 耶稣在耶路撒冷	06:00	15:00
22:30	17:30	善恶之争 1			06:30	15:30
23:00	18:00	受感之笔 33	蔬食go健康 520 香炒恒扣蘑菇蓝纹奶酪焗	蔬食go健康 521 长棍面包夹马色拉秋葵蛋	07:00	16:00
23:30	18:30	健康新知 1024 儿童睡眠呼吸中止症	心灵Brunch 91 年老	心灵Brunch 94 两个女人	07:30	16:30
00:00	19:00	圣工消息 2025第四季第3集(中) 2025第四季第3集(粵)	安格 心理学导论22 心理学导论22	安格 心理学导论 23 心理学导论23	08:00	17:00
00:30	19:30	语取请求 15 再谈雅各布			08:30	17:30
01:00	20:00	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 内部的敌人 6	颂赞主恩 39	颂赞主恩 38	09:00	18:00
01:30	20:30		宗教比较学 26 五教思想概观-孔教	宗教比较学 27 五教思想概观-佛教	09:30	18:30
02:00	21:00	惊讶的发现-在圣经的土地上 巴比伦、苏美尔及权利的追求 2	心灵Brunch 94 金钱与人生	心灵Brunch 90 年老	10:00	19:00
02:30	21:30				10:30	19:30
03:00	22:00		圣工消息 2025第四季第3集(中) 2025第四季第3集(粵)	要健康就运动 565-566	要健康就运动 561-562	11:00
03:30	22:30		蔬食go健康 521 长棍面包夹马色拉秋葵蛋	蔬食go健康 519 普罗旺斯时蔬蛋	11:30	20:30
04:00	23:00	语取请求 15 再谈雅各布	安息日学-15年第2季 路加福音 12 耶稣在耶路撒冷	安息日学-15年第2季 路加福音 13 被钉和复活	12:00	21:00
04:30	23:30	健康新知 1024 儿童睡眠呼吸中止症			12:30	21:30
05:00	00:00	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 内部的敌人 6	膝盖的力量 4	膝盖的力量 5	13:00	22:00
05:30	00:30				13:30	22:30
06:00	01:00	语取请求 15 再谈雅各布	安格 心理学导论 23 心理学导论23	安格 心理学导论 21 心理学导论21	14:00	23:00
06:30	01:30				14:30	23:30
07:00	02:00	安格 启示录 15	要健康就运动 561-562	要健康就运动 563-564	15:00	00:00
07:30	02:30	善恶之争 1	心灵Brunch 90 金钱与人生	心灵Brunch 91 年老	15:30	00:30
08:00	03:00	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 内部的敌人 6	颂赞主恩 38	颂赞主恩 39	16:00	01:00
08:30	03:30		宗教比较学 27 五教思想概观-佛教	宗教比较学 25 五教经典-基督教	16:30	01:30
09:00	04:00	圣工消息 2025第四季第3集(中) 2025第四季第3集(粵)	要健康就运动 563-564	要健康就运动 565-566	17:00	02:00
09:30	04:30	健康新知 1024 儿童睡眠呼吸中止症	蔬食go健康 519 普罗旺斯时蔬蛋	蔬食go健康 520 香炒恒扣蘑菇蓝纹奶酪焗	17:30	02:30
10:00	05:00	语取请求 15 再谈雅各布	安息日学-15年第2季 路加福音 13 被钉和复活	安息日学-15年第2季 路加福音 12 耶稣在耶路撒冷	18:00	03:00
10:30	05:30	善恶之争 1			18:30	03:30
11:00	06:00	安格 启示录 15	心灵Brunch 91 年老	心灵Brunch 94 两个女人	19:00	04:00
11:30	06:30	受感之笔 33	膝盖的力量 5	膝盖的力量 3	19:30	04:30
12:00	07:00		宗教比较学 25 五教经典-基督教	宗教比较学 26 五教思想概观-孔教	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	惊讶的发现-在圣经的土地上 巴比伦、苏美尔及权利的追求 2	要健康就运动 565-566	要健康就运动 561-562	21:00	06:00
13:30	08:30		蔬食go健康 520 香炒恒扣蘑菇蓝纹奶酪焗	蔬食go健康 521 长棍面包夹马色拉秋葵蛋	21:30	06:30
14:00	09:00	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 内部的敌人 6	安格 心理学导论 21 心理学导论21	安格 心理学导论22 心理学导论22	22:00	07:00
14:30	09:30	圣工消息 2025第四季第3集(中) 2025第四季第3集(粵)	颂赞主恩 39	颂赞主恩 38	22:30	07:30
15:00	10:00				23:00	08:00
15:30	10:30	健康新知 1024 儿童睡眠呼吸中止症	心灵Brunch 94 两个女人	心灵Brunch 90 金钱与人生	23:30	08:30

格林威治 GMT	美东 EST	11月11日 星期二	11月12日 星期三	11月13日 星期四	时间 Beijing	美西 PST
16:00	11:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 1 上帝那宣教使命的本性	真道时刻 736 教会领袖跌倒时	真道时刻 737 检视自己是否完全饶恕对方	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 565-566	脚前的灯路上的光 254 问题A回答(上)	脚前的灯路上的光 256 有不可赦免的罪吗?(上)	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 521 长棍面包夹马色拉秋葵堡	好得无比的旅程 192 时代的终章: 澳航向挚爱的波音747告别	好得无比的旅程 193 艾希莉·史密斯·罗宾森 与亚特兰大头号通缉犯的相遇.	01:30	10:30
18:00	13:00	心灵Brunch 94 两个女人	婚姻与家庭 4 幸福婚姻的秘诀	婚姻与家庭 5 认识真爱	02:00	11:00
18:30	13:30	丰富人生 89 光的儿子			02:30	11:30
19:00	14:00	安格 心理学导论 23 心理学导论23	经声今示 51 女性按牧的新解释6	经声今示 52 女性按牧的新解释7	03:00	12:00
19:30	14:30		耶稣101 第五本福音 启示录 47 新郎·圣殿与灯台	耶稣101 第五本福音 启示录 48 明亮之星	03:30	12:30
20:00	15:00	宗教比较学 27 五教思想概观-佛教	健康新知 665 肠闹脾气	健康新知 667 功能性医学	04:00	13:00
20:30	15:30		好得无比的旅程 193 艾希莉·史密斯·罗宾森 与亚特兰大头号通缉犯的相遇.	好得无比的旅程 194 克里斯蒂安·巴纳德医生: 心脏医学的先驱	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 561-562	古经今谈 43 From Royal Son To Murderer On The Run	古经今谈 44 The Burning Bush That Didn' t Burn Up	05:00	14:00
21:30	16:30	膝盖的力量 5	耶稣101 第五本福音 启示录 48 明亮之星	耶稣101 救赎的历史 49 应许	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 1 上帝那宣教使命的本性	真道时刻 737 检视自己是否完全饶恕对方	真道时刻 736 教会领袖跌倒时	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 519 普罗旺斯时蔬蛋	脚前的灯路上的光 256 有不可赦免的罪吗?(上)	脚前的灯路上的光 257 有不可赦免的罪吗?(下)	07:00	16:00
23:30	18:30	心灵Brunch 90 金钱与人生	恋上青年帮 4 儿时玩塞 2	恋上青年帮 5 校有校规	07:30	16:30
00:00	19:00	安格 心理学导论 21 心理学导论21	好得无比的旅程 194 克里斯蒂安·巴纳德医生: 心脏医学的先驱	好得无比的旅程 192 时代的终章: 澳航向挚爱的波音747告别	08:00	17:00
00:30	19:30		婚姻与家庭 5 认识真爱	婚姻与家庭 6 基督徒的恋爱生活	08:30	17:30
01:00	20:00	丰富人生 89 光的儿子			09:00	18:00
01:30	20:30	宗教比较学 25 五教经典-基督教	脚前的灯路上的光 257 有不可赦免的罪吗?(下)	脚前的灯路上的光 254 问题A回答(上)	09:30	18:30
02:00	21:00		古经今谈 44 The Burning Bush That Didn' t Burn Up	古经今谈 45 A Reluctant Hero	10:00	19:00
02:30	21:30	心灵Brunch 91 金钱与人生	恋上青年帮 5 儿时玩塞 2	恋上青年帮 6 校有校规	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 563-564	健康新知 667 功能性医学	健康新知 668 脑中风 上	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 520 香炒银扣蘑菇豉汁焖鸭嘴	经声今示 52 女性按牧的新解释7	经声今示 53 女性按牧的新解释8	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 1 上帝那宣教使命的本性	真道时刻 736 教会领袖跌倒时	真道时刻 737 检视自己是否完全饶恕对方	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	膝盖的力量 3	古经今谈 45 A Reluctant Hero	古经今谈 43 From Royal Son To Murderer On The Run	13:00	22:00
05:30	00:30	安格 心理学导论22 心理学导论22	好得无比的旅程 192 时代的终章: 澳航向挚爱的波音747告别	好得无比的旅程 193 艾希莉·史密斯·罗宾森 与亚特兰大头号通缉犯的相遇.	13:30	22:30
06:00	01:00		脚前的灯路上的光 254 问题A回答(上)	脚前的灯路上的光 256 有不可赦免的罪吗?(上)	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 565-566	耶稣101 救赎的历史 49 应许	耶稣101 第五本福音 启示录 47 新郎·圣殿与灯台	14:30	23:30
07:00	02:00	心灵Brunch 94 两个女人	真道时刻 737 检视自己是否完全饶恕对方	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 极致的忠诚: 在战场中歌舞 7	15:00	00:00
07:30	02:30	丰富人生 89 光的儿子			15:30	00:30
08:00	03:00	宗教比较学 26 五教思想概观-孔教	婚姻与家庭 6 基督徒的恋爱生活	婚姻与家庭 4 幸福婚姻的秘诀	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 561-562	健康新知 668 脑中风 上	健康新知 665 肠闹脾气	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 521 长棍面包夹马色拉秋葵堡	恋上青年帮 6 儿时玩塞 2	恋上青年帮 4 儿时玩塞 2	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 1 上帝那宣教使命的本性	好得无比的旅程 193 艾希莉·史密斯·罗宾森 与亚特兰大头号通缉犯的相遇.	好得无比的旅程 194 克里斯蒂安·巴纳德医生: 心脏医学的先驱	18:00	03:00
10:30	05:30		经声今示 53 女性按牧的新解释8	经声今示 51 女性按牧的新解释6	18:30	03:30
11:00	06:00	心灵Brunch 90 金钱与人生	真道时刻 736 教会领袖跌倒时	真道时刻 737 检视自己是否完全饶恕对方	19:00	04:00
11:30	06:30	膝盖的力量 4	古经今谈 43 From Royal Son To Murderer On The Run	古经今谈 44 The Burning Bush That Didn' t Burn Up	19:30	04:30
12:00	07:00	宗教比较学 27 五教思想概观-佛教	健康新知 665 肠闹脾气	健康新知 667 功能性医学	20:00	05:00
12:30	07:30		婚姻与家庭 4 幸福婚姻的秘诀	婚姻与家庭 5 认识真爱	20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 563-564 蔬食go健康 519 长棍面包夹马色拉秋葵堡			21:00	06:00
13:30	08:30	安格 心理学导论 23 心理学导论23	经声今示 51 女性按牧的新解释6	经声今示 52 女性按牧的新解释7	21:30	06:30
14:00	09:00				22:00	07:00
14:30	09:30	丰富人生 89 光的儿子	耶稣101 脚前的灯路上的光 256 有不可赦免的罪吗?(上)	耶稣101 脚前的灯路上的光 257 有不可赦免的罪吗?(下)	22:30	07:30
15:00	10:00		古经今谈 44 The Burning Bush That Didn' t Burn Up	古经今谈 45 A Reluctant Hero	23:00	08:00
15:30	10:30	心灵Brunch 91 年寿			23:30	08:30

格林政治 GMT	美东 EST	11月14日 星期五	11月15日 星期六	11月16日 星期日	时间 Beijing	美西 PST
16:00	11:00	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 极致的忠诚：在战场中敬拜 7	健康新知 1025 鼻塞与睡眠呼吸中止症	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 2 亚伯拉罕：第一位宣教士	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00				01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 194 克里斯蒂安·巴纳德医生：心脏医学的先驱	惊讶的发现-在圣经的土地上 巴勒斯坦最伟大的发现 3	要健康就运动 567-568	01:30	10:30
18:00	13:00				02:00	11:00
18:30	13:30	婚姻与家庭 6 基督徒的恋爱生活	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 极致的忠诚：在战场中敬拜 7	心灵Brunch 95 理财不是只有投资 颂赞主恩 40	02:30	11:30
19:00	14:00	经声今示 53 女性按牧的新解释8	善恶之争 2	安格 心理学导论 24 心理学导论24	03:00	12:00
19:30	14:30				03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 668 腹中风 上	安格 启示录 16	宗教比较学 28 五教思想概观-道教	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 192 时代的终章：澳航向肇变的波音747告别			04:30	13:30
21:00	16:00	古经今谈 45 A Reluctant Hero	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 极致的忠诚：在战场中敬拜 7	要健康就运动 569-570	05:00	14:00
21:30	16:30	耶稣101 救赎的历史 49 应许			05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 极致的忠诚：在战场中敬拜 7	语取语录 16 约瑟	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 3 意想不到的宣教士	06:00	15:00
22:30	17:30	善恶之争 2	06:30		15:30	
23:00	18:00	脚前的灯路上的光 254 问题&回答(上)	受感之笔 34	素食go健康 523 减脂鸡胸肉仔米糕	07:00	16:00
23:30	18:30				恋上青年帮 6 两性恋朋友	07:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 193 艾希莉·史密斯·罗宾森 与亚特兰大头号通缉犯的相遇	圣工消息 2012第一季第1集(中) 2012第一季第1集(粵)	安格 心理学导论 25 心理学导论25	08:00	17:00
00:30	19:30				语取语录 16 约瑟	08:30
01:00	20:00	婚姻与家庭 4 幸福婚姻的秘密	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 极致的忠诚：在战场中敬拜 7	颂赞主恩 41	09:00	18:00
01:30	20:30	脚前的灯路上的光 256 有不可赦免的罪吗？(上)			09:30	18:30
02:00	21:00	古经今谈 43 From Royal Son To Murderer On The Run	惊讶的发现-在圣经的土地上 巴勒斯坦最伟大的发现 3	宗教比较学 29 五教思想概观-回教	10:00	19:00
02:30	21:30	恋上青年帮 4 儿时玩塞 2			10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 665 肠周脾气	圣工消息 2012第一季第1集(中) 2012第二季第1集(粵)	要健康就运动 571-572	11:00	20:00
03:30	22:30	经声今示 51 女性按牧的新解释6			11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 极致的忠诚：在战场中敬拜 7	语取语录 16 约瑟	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 4 乔纳的故事	12:00	21:00
04:30	23:30				古经今谈 44 The Resurrection of the Dead: A True Ho	12:30
05:00	00:00	好得无比的旅程 194 克里斯蒂安·巴纳德医生：心脏医学的先驱	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 极致的忠诚：在战场中敬拜 7	安格 心理学导论 26 心理学导论26	13:00	22:00
05:30	00:30				13:30	22:30
06:00	01:00	脚前的灯路上的光 257 有不可赦免的罪吗？(下)	语取语录 16 约瑟	要健康就运动 567-568	14:00	23:00
06:30	01:30				耶稣101 第五本福音 启示录 48 因爱之罪	14:30
07:00	02:00	真道时刻 736 教会领袖跌倒时	安格 启示录 16	心灵Brunch 95 理财不是只有投资 颂赞主恩 40	15:00	00:00
07:30	02:30				善恶之争 2	15:30
08:00	03:00	婚姻与家庭 5 认识真爱	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 极致的忠诚：在战场中敬拜 7	宗教比较学 30 五教思想概观-基督教	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 667 功能性医学	圣工消息 2012第一季第1集(中) 2012第二季第1集(粵)	要健康就运动 569-570	17:00	02:00
09:30	04:30	恋上青年帮 5 校有校规	健康新知 1025 鼻塞与睡眠呼吸中止症	素食go健康 522 素食砂锅鱼头	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 192 时代的终章：澳航向肇变的波音747告别	语取语录 16 约瑟	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 2 亚伯拉罕：第一位宣教士	18:00	03:00
10:30	05:30				经声今示 52 安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 极致的忠诚：在战场中敬拜 7	18:30
11:00	06:00	古经今谈 45 A Reluctant Hero	安格 启示录 16	心灵Brunch 96 理财不是只有投资 颂赞主恩 8	19:00	04:00
11:30	06:30				受感之笔 34	19:30
12:00	07:00	健康新知 668 腹中风 上	惊讶的发现-在圣经的土地上 巴勒斯坦最伟大的发现 3	宗教比较学 28 五教思想概观-道教	20:00	05:00
12:30	07:30	婚姻与家庭 6 基督徒的恋爱生活			20:30	05:30
13:00	08:00	经声今示 53 女性按牧的新解释8	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 极致的忠诚：在战场中敬拜 7	要健康就运动 571-572 素食go健康 523 减脂鸡胸肉仔米糕	21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	耶稣101 救赎的历史 49 应许	圣工消息 2012第一季第1集(中) 2012第二季第1集(粵)	安格 心理学导论 24 心理学导论24	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	脚前的灯路上的光 254 问题&回答(上)	圣工消息 2012第一季第1集(中) 2012第二季第1集(粵)	颂赞主恩 41	23:00	08:00
15:30	10:30				健康新知 1025 鼻塞与睡眠呼吸中止症	23:30

格林威治 GMT	美东 EST	11月17日 星期一	11月18日 星期二	11月19日 星期三	时间 Beijing	美西 PST
16:00	11:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 3 意想不到的宣教士	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 4 乔纳的故事	真道时刻 738 如何实践完全的饶恕	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 569-570	要健康就运动 571-572	脚前的灯路上的光 258 为什么要受洗？(上)	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 523 减脂减糖筒仔米糕	蔬食go健康 524 减脂减糖筒仔米糕	好得无比的旅程 195 布鲁姆与重价的珍珠	01:30	10:30
18:00	13:00	心灵Brunch 96 保险到底要怎么买才对	心灵Brunch 98 恐惧	婚姻与家庭 7 为何要等到结婚	02:00	11:00
18:30	13:30	颂赞主恩 41	丰富人生 91 人生的重整		02:30	11:30
19:00	14:00	安格 心理学导论 25 心理学导论25	安格 心理学导论 26 心理学导论26	经声今示 54 女性按牧的新解释9	03:00	12:00
19:30	14:30			耶稣101 救赎的历史 50 守约	03:30	12:30
20:00	15:00	宗教比较学 29 五教思想概观-回教	宗教比较学 30 五教思想概观-基督教	健康新知 669 脑中风 下	04:00	13:00
20:30	15:30			好得无比的旅程 197 科莉·坦·布姆与致命的捉迷藏游戏	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 571-572	要健康就运动 567-568	古经今谈 46 Challenging the King	05:00	14:00
21:30	16:30	膝盖的力量 7	膝盖的力量 8	耶稣101 救赎的历史 51 引导	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 4 乔纳的故事	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 2 亚伯拉罕：第一位宣教士	真道时刻 739 饶恕与认罪的关系	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 524 减脂减糖筒仔米糕	蔬食go健康 522 素食砂锅鱼头	脚前的灯路上的光 259 为什么要受洗？(下)	07:00	16:00
23:30	18:30	心灵Brunch 98 恐惧	心灵Brunch 95 理财不是只有投资	恋上青年帮 7 如何拒绝追求者？	07:30	16:30
00:00	19:00			好得无比的旅程 199 探索耶稣存在的考古证据	08:00	17:00
00:30	19:30	安格 心理学导论 26 心理学导论26	安格 心理学导论 24 心理学导论24	婚姻与家庭 8 为结婚作准备	08:30	17:30
01:00	20:00	颂赞主恩 40	丰富人生 91 人生的重整		09:00	18:00
01:30	20:30	宗教比较学 30 五教思想概观-基督教	宗教比较学 28 五教思想概观-道教	脚前的灯路上的光 260 为何要加入教会？(上)	09:30	18:30
02:00	21:00			古经今谈 47 Showdown!	10:00	19:00
02:30	21:30	心灵Brunch 95 理财不是只有投资	心灵Brunch 96 理财不是只有投资	恋上青年帮 8 如何拒绝追求者？	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 567-568	要健康就运动 569-570	健康新知 670 高血压	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 522 素食砂锅鱼头	蔬食go健康 523 减脂减糖筒仔米糕	经声今示 55 女性按牧的新解释9	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 2 亚伯拉罕：第一位宣教士	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 3 意想不到的宣教士	真道时刻 738 如何实践完全的饶恕	12:00	21:00
04:30	23:30			古经今谈 48 Challenging the King	12:30	21:30
05:00	00:00	膝盖的力量 8	膝盖的力量 6	好得无比的旅程 195 布鲁姆与重价的珍珠	13:00	22:00
05:30	00:30	安格 心理学导论 24 心理学导论24	安格 心理学导论 25 心理学导论25	脚前的灯路上的光 258 为什么要受洗？(上)	13:30	22:30
06:00	01:00			耶稣101 救赎的历史 52 自由	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 569-570	要健康就运动 571-572	真道时刻 739 饶恕与认罪的关系	14:30	23:30
07:00	02:00	心灵Brunch 96 保险到底要怎么买才对	心灵Brunch 98 恐惧	婚姻与家庭 9 个人成长与婚姻适应	15:00	00:00
07:30	02:30	颂赞主恩 41	丰富人生 91 人生的重整		15:30	00:30
08:00	03:00	宗教比较学 28 五教思想概观-道教	宗教比较学 29 五教思想概观-回教	健康新知 671 高血脂	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 571-572	要健康就运动 567-568	恋上青年帮 10 青年「遭遇」	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 523 减脂减糖筒仔米糕	蔬食go健康 524 减脂减糖筒仔米糕	好得无比的旅程 197 科莉·坦·布姆与致命的捉迷藏游戏	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 3 意想不到的宣教士	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 4 乔纳的故事	经声今示 56 如何实践完全的饶恕	18:00	03:00
10:30	05:30			真道时刻 738 如何实践完全的饶恕	18:30	03:30
11:00	06:00	心灵Brunch 98 理财不是只有投资	心灵Brunch 95 理财不是只有投资	古经今谈 46 Challenging the King	19:00	04:00
11:30	06:30	膝盖的力量 6	膝盖的力量 7	健康新知 669 脑中风 下	19:30	04:30
12:00	07:00	宗教比较学 29 五教思想概观-回教	宗教比较学 30 五教思想概观-基督教	婚姻与家庭 7 为何要等到结婚	20:00	05:00
12:30	07:30			经声今示 54 女性按牧的新解释9	20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 567-568	要健康就运动 569-570	耶稣101 救赎的历史 52	21:00	06:00
13:30	08:30	安格 心理学导论 25 心理学导论25	安格 心理学导论 26 心理学导论26	好得无比的旅程 195 布鲁姆与重价的珍珠	21:30	06:30
14:00	09:00	安格 心理学导论 25 心理学导论25	安格 心理学导论 26 心理学导论26	经声今示 54 女性按牧的新解释9	22:00	07:00
14:30	09:30			耶稣101 救赎的历史 52	22:30	07:30
15:00	10:00	颂赞主恩 40	丰富人生 91 人生的重整	脚前的灯路上的光 259 为什么要受洗？(下)	23:00	08:00
15:30	10:30	心灵Brunch 95 理财不是只有投资	心灵Brunch 96 保险到底要怎么买才对	古经今谈 47 Showdown!	23:30	08:30

格林威治 GMT	美东 EST	11月20日 星期四	11月21日 星期五	11月22日 星期六	时间 Beijing	美西 PST
16:00	11:00	真道时刻 739 饶恕与认罪的关系	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 信心的巨人：乔舒亚和迦勒 8	健康新知 1026 吃出好骨力防骨质疏松	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00				01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 197 科莉·坦·布姆与致命的捉迷藏游戏	好得无比的旅程 199 探索耶稣存在的考古证据	惊讶的发现-在圣经的土地上 考古学和耶稣基督 4	01:30	10:30
18:00	13:00				02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	经声今示 55 女性按牧的新解释9	经声今示 56 复临运动的新神学2	善恶之争 3	03:00	12:00
19:30	14:30	耶稣101 救赎的历史 51 引导	耶稣101 救赎的历史 52 自由	受感之笔 35	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 670 高血压	健康新知 671 高血脂	安格 启示录 17	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 199 探索耶稣存在的考古证据	好得无比的旅程 195 布鲁姆与重价的珍珠		04:30	13:30
21:00	16:00	古经今谈 47 Showdown!	古经今谈 48 Time to Go I		05:00	14:00
21:30	16:30	耶稣101 救赎的历史 52 自由	耶稣101 救赎的历史 50 守约	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 信心的巨人：乔舒亚和迦勒 8	05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 738 如何实践完全的饶恕	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 信心的巨人：乔舒亚和迦勒 8	语取请求 17 再谈约瑟	06:00	15:00
22:30	17:30			善恶之争 3	06:30	15:30
23:00	18:00	脚前的灯路上的光 260 为何要加入教会？(上)	脚前的灯路上的光 258 为何要受洗？(上)	受感之笔 35	07:00	16:00
23:30	18:30	恋上青年帮 8 世界末日几时呀！	恋上青年帮 10 青年「潮语」	健康新知 1026 吃出好骨力防骨质疏松	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 195 布鲁姆与重价的珍珠	好得无比的旅程 197 科莉·坦·布姆与致命的捉迷藏游戏	圣工消息 2012第一季第2集(中) 2012第一季第2集(粤)	08:00	17:00
00:30	19:30	婚姻与家庭 9 个人成长与婚姻适应	婚姻与家庭 7 为何要等到结婚	语取请求 17 再谈约瑟	08:30	17:30
01:00	20:00			安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 信心的巨人：乔舒亚和迦勒 8	09:00	18:00
01:30	20:30	脚前的灯路上的光 258 为何要受洗？(上)	脚前的灯路上的光 259 为何要受洗？(下)	惊讶的发现-在圣经的土地上 考古学和耶稣基督 4	09:30	18:30
02:00	21:00	古经今谈 48 Time to Go I 恋上青年帮 10 如何拒绝追求者？	古经今谈 46 Challenging the King 恋上青年帮 7 如何拒绝追求者？		10:00	19:00
02:30	21:30	健康新知 671 高血脂	健康新知 669 脑中风 下		10:30	19:30
03:00	22:00	经声今示 56 复临运动的新神学2	经声今示 54 女性按牧的新解释9	圣工消息 2012第一季第2集(中) 2012第一季第2集(英)	11:00	20:00
03:30	22:30	真道时刻 739 饶恕与认罪的关系	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 信心的巨人：乔舒亚和迦勒 8	语取请求 17 再谈约瑟	11:30	20:30
04:00	23:00			健康新知 1026 吃出好骨力防骨质疏松	12:00	21:00
04:30	23:30	古经今谈 46 Challenging the King	古经今谈 47 Showdown!	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 信心的巨人：乔舒亚和迦勒 8	12:30	21:30
05:00	00:00	好得无比的旅程 197 科莉·坦·布姆与致命的捉迷藏游戏	好得无比的旅程 199 探索耶稣存在的考古证据	善恶之争 3	13:00	22:00
05:30	00:30	脚前的灯路上的光 259 为何要受洗？(下)	脚前的灯路上的光 260 为何要加入教会？(上)		13:30	22:30
06:00	01:00	耶稣101 救赎的历史 50 守约	耶稣101 救赎的历史 51 自由		14:00	23:00
06:30	01:30	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 信心的巨人：乔舒亚和迦勒 8	真道时刻 738 如何实践完全的饶恕	安格 启示录 17	14:30	23:30
07:00	02:00			善恶之争 3	15:00	00:00
07:30	02:30	婚姻与家庭 7 为何要等到结婚	婚姻与家庭 8 为何要等到结婚	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 信心的巨人：乔舒亚和迦勒 8	15:30	00:30
08:00	03:00			圣工消息 2012第一季第2集(中) 2012第一季第2集(粤)	16:00	01:00
08:30	03:30	健康新知 669 脑中风 下	健康新知 670 高血压	健康新知 1026 吃出好骨力防骨质疏松	16:30	01:30
09:00	04:00	恋上青年帮 7 如何拒绝追求者？	恋上青年帮 8 世界末日几时呀！	语取请求 17 再谈约瑟	17:00	02:00
09:30	04:30	好得无比的旅程 199 探索耶稣存在的考古证据	好得无比的旅程 195 布鲁姆与重价的珍珠	善恶之争 3	17:30	02:30
10:00	05:00	经声今示 54 复临运动的新神学2	经声今示 55 安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 信心的巨人：乔舒亚和迦勒 8	安格 启示录 17	18:00	03:00
10:30	05:30	真道时刻 739 饶恕与认罪的关系	古经今谈 48 Challenging the King	受感之笔 35	18:30	03:30
11:00	06:00	古经今谈 47 Showdown!	健康新知 671 高血脂	惊讶的发现-在圣经的土地上 考古学和耶稣基督 4	19:00	04:00
11:30	06:30	婚姻与家庭 8 为何要等到结婚	婚姻与家庭 9 个人成长与婚姻适应		19:30	04:30
12:00	07:00	经声今示 55 女性按牧的新解释9	经声今示 56 复临运动的新神学2		20:00	05:00
12:30	07:30	耶稣101 救赎的历史 51 自由	耶稣101 救赎的历史 52 自由	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 信心的巨人：乔舒亚和迦勒 8	20:30	05:30
13:00	08:00	脚前的灯路上的光 260 为何要加入教会？(上)	脚前的灯路上的光 258 为何要受洗？(上)		21:00	06:00
13:30	08:30	古经今谈 48 Time to Go I	古经今谈 46 Challenging the King		21:30	06:30
14:00	09:00	健康新知 670 高血压	健康新知 671 高血脂	圣工消息 2012第一季第2集(中) 2012第一季第2集(粤)	22:00	07:00
14:30	09:30	婚姻与家庭 9 个人成长与婚姻适应	婚姻与家庭 7 为何要等到结婚	健康新知 1026 吃出好骨力防骨质疏松	22:30	07:30
15:00	10:00	经声今示 56 复临运动的新神学2	经声今示 55 女性按牧的新解释9	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 信心的巨人：乔舒亚和迦勒 8	23:00	08:00
15:30	10:30	耶稣101 救赎的历史 52 自由	耶稣101 救赎的历史 50 守约	受感之笔 35	23:30	08:30

格林威治 GMT	美东 EST	11月23日 星期日	11月24日 星期一	11月25日 星期二	时间 Beijing PST	美西 PST
16:00	11:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 5 流放异邦做宣教士	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 6 以斯帖与末底改	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 7 耶稣：宣教之主	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 573-574	要健康就运动 575-576	要健康就运动 577-578	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 525 酱烧烤麸	蔬食go健康 526 香酥春卷	蔬食go健康 527 御膳治饭	01:30	10:30
18:00	13:00	心灵Brunch 99 省钱有道	心灵Brunch 100 有钱人想的和你不一样	心灵Brunch 101 意志力	02:00	11:00
18:30	13:30	颂赞主恩 42	颂赞主恩 43	丰富人生 92 追求真实的财富	02:30	11:30
19:00	14:00	安格 心理学导论 27 心理学导论27	安格 心理学导论 28 心理学导论28	安格 心理学导论 29 心理学导论29	03:00	12:00
19:30	14:30				03:30	12:30
20:00	15:00	宗教比较学 31 五教对中国的影响-孔教	宗教比较学 32 五教对中国的影响-佛教	宗教比较学 33 五教对中国的影响-道教	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 575-576	要健康就运动 577-578	要健康就运动 573-574	05:00	14:00
21:30	16:30	膝盖的力量 9	膝盖的力量 10	膝盖的力量 11	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 6 以斯帖与末底改	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 7 耶稣：宣教之主	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 5 流放异邦做宣教士	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 526 香酥春卷	蔬食go健康 527 御膳治饭	蔬食go健康 525 酱烧烤麸	07:00	16:00
23:30	18:30	心灵Brunch 100 有钱人想的和你不一样	心灵Brunch 101 意志力	心灵Brunch 99 省钱有道	07:30	16:30
00:00	19:00	安格 心理学导论 28 心理学导论28	安格 心理学导论 29 心理学导论29	安格 心理学导论 27 心理学导论27	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	颂赞主恩 43	颂赞主恩 42	丰富人生 92 追求真实的财富	09:00	18:00
01:30	20:30	宗教比较学 32 五教对中国的影响-佛教	宗教比较学 33 五教对中国的影响-道教	宗教比较学 31 五教对中国的影响-孔教	09:30	18:30
02:00	21:00				10:00	19:00
02:30	21:30	心灵Brunch 101 意志力	心灵Brunch 99 省钱有道	心灵Brunch 100 有钱人想的和你不一样	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 577-578	要健康就运动 573-574	要健康就运动 575-576	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 527 御膳治饭	蔬食go健康 525 酱烧烤麸	蔬食go健康 526 香酥春卷	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 7 耶稣：宣教之主	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 5 流放异邦做宣教士	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 6 以斯帖与末底改	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	膝盖的力量 10	膝盖的力量 11	膝盖的力量 9	13:00	22:00
05:30	00:30	安格 心理学导论 29 心理学导论29	安格 心理学导论 27 心理学导论27	安格 心理学导论 28 心理学导论28	13:30	22:30
06:00	01:00				14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 573-574	要健康就运动 575-576	要健康就运动 577-578	14:30	23:30
07:00	02:00	心灵Brunch 99 省钱有道	心灵Brunch 100 有钱人想的和你不一样	心灵Brunch 101 意志力	15:00	00:00
07:30	02:30	颂赞主恩 42	颂赞主恩 43	丰富人生 92 追求真实的财富	15:30	00:30
08:00	03:00	宗教比较学 33 五教对中国的影响-道教	宗教比较学 31 五教对中国的影响-孔教	宗教比较学 32 五教对中国的影响-佛教	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 575-576	要健康就运动 577-578	要健康就运动 573-574	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 525 酱烧烤麸	蔬食go健康 526 香酥春卷	蔬食go健康 527 御膳治饭	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 5 流放异邦做宣教士	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 6 以斯帖与末底改	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 7 耶稣：宣教之主	18:00	03:00
10:30	05:30				18:30	03:30
11:00	06:00	心灵Brunch 100 有钱人想的和你不一样	心灵Brunch 101 意志力	心灵Brunch 99 省钱有道	19:00	04:00
11:30	06:30	膝盖的力量 11	膝盖的力量 9	膝盖的力量 10	19:30	04:30
12:00	07:00	宗教比较学 31 五教对中国的影响-孔教	宗教比较学 32 五教对中国的影响-佛教	宗教比较学 33 五教对中国的影响-道教	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 577-578	要健康就运动 573-574	要健康就运动 575-576	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 526 御膳治饭	蔬食go健康 527 御膳治饭	蔬食go健康 525 酱烧烤麸	21:30	06:30
14:00	09:00	安格 心理学导论 27 心理学导论27	安格 心理学导论 28 心理学导论28	安格 心理学导论 29 心理学导论29	22:00	07:00
14:30	09:30	颂赞主恩 43	颂赞主恩 42	丰富人生 92 追求真实的财富	22:30	07:30
15:00	10:00				23:00	08:00
15:30	10:30	心灵Brunch 101 意志力	心灵Brunch 99 省钱有道	心灵Brunch 100 有钱人想的和你不一样	23:30	08:30

格林威治 GMT	美东 EST	11月26日 星期三	11月27日 星期四	11月28日 星期五	时间 Beijing	美西 PST
16:00	11:00	真道时刻 740 饶恕包含不论断人	真道时刻 741 如何使用评断的权利	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 应许的后嗣，盼望的囚徒 9	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	脚前的灯路上的光 261 为何要加入教会？(下)	脚前的灯路上的光 262 上帝的真教会(下)	脚前的灯路上的光 263 上帝的真教会(下)	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 201 盐的历史重要性：塑造文明的力量	好得无比的旅程 202 蝴蝶之美 总设计师的证据	好得无比的旅程 203 信仰的牢狱：玛丽·杜朗的故事	01:30	10:30
18:00	13:00	婚姻与家庭 10 成长的家庭	婚姻与家庭 11 家庭的冲突	婚姻与家庭 12 男女有别	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	经声今示 57 复临运动的新神学3	经声今示 58 复临运动的新神学4	经声今示 59 复临运动的新神学5	03:00	12:00
19:30	14:30	耶稣101 救赎的历史 53 大能	耶稣101 救赎的历史 54 救赎	耶稣101 救赎的历史 55 平安	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 672 免费健检好健康	健康新知 673 痔疮不要来	健康新知 674 大肠直肠癌	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 202 蝴蝶之美 总设计师的证据	好得无比的旅程 203 信仰的牢狱：玛丽·杜朗的故事	好得无比的旅程 201 盐的历史重要性：塑造文明的力量	04:30	13:30
21:00	16:00	古经今谈 49 Crossing The Sea On Dry Ground	古经今谈 50 Bread From Heaven	古经今谈 51 Getting Water From A Rock	05:00	14:00
21:30	16:30	耶稣101 救赎的历史 54 救赎	耶稣101 救赎的历史 55 平安	耶稣101 救赎的历史 53 大能	05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 741 如何使用评断的权利	真道时刻 740 饶恕包含不论断人	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 应许的后嗣，盼望的囚徒 9	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	脚前的灯路上的光 262 上帝的真教会(上)	脚前的灯路上的光 263 上帝的真教会(下)	脚前的灯路上的光 261 为何要加入教会？(下)	07:00	16:00
23:30	18:30	恋上青年帮 11 化妆点真靓？	恋上青年帮 12 拍长拖拍散拖	恋上青年帮 13 校园趣事	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 203 信仰的牢狱：玛丽·杜朗的故事	好得无比的旅程 201 盐的历史重要性：塑造文明的力量	好得无比的旅程 202 蝴蝶之美 总设计师的证据	08:00	17:00
00:30	19:30	婚姻与家庭 11 家庭的冲突	婚姻与家庭 12 男女有别	婚姻与家庭 10 成长的家庭	08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	脚前的灯路上的光 263 上帝的真教会(下)	脚前的灯路上的光 261 为何要加入教会？(下)	脚前的灯路上的光 262 上帝的真教会(上)	09:30	18:30
02:00	21:00	古经今谈 50 Bread From Heaven	古经今谈 51 Getting Water From A Rock	古经今谈 49 Crossing The Sea On Dry Ground	10:00	19:00
02:30	21:30	恋上青年帮 12 化妆点真靓？	恋上青年帮 13 校园趣事	恋上青年帮 11 化妆点真靓？	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 673 痔疮不要来	健康新知 674 大肠直肠癌	健康新知 672 免费健检好健康	11:00	20:00
03:30	22:30	经声今示 58 复临运动的新神学4	经声今示 59 复临运动的新神学5	经声今示 57 复临运动的新神学3	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 740 饶恕包含不论断人	真道时刻 741 如何使用评断的权利	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 应许的后嗣，盼望的囚徒 9	12:00	21:00
04:30	23:30	古经今谈 51 Crossing The Sea On Dry Ground	古经今谈 50 Bread From Heaven	古经今谈 50 Getting Water From A Rock	12:30	21:30
05:00	00:00	古经今谈 51 Crossing The Sea On Dry Ground	古经今谈 49 Crossing The Sea On Dry Ground	古经今谈 50 Getting Water From A Rock	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 201 盐的历史重要性：塑造文明的力量	好得无比的旅程 202 蝴蝶之美 总设计师的证据	好得无比的旅程 203 信仰的牢狱：玛丽·杜朗的故事	13:30	22:30
06:00	01:00	脚前的灯路上的光 261 为何要加入教会？(下)	脚前的灯路上的光 262 上帝的真教会(上)	脚前的灯路上的光 263 上帝的真教会(下)	14:00	23:00
06:30	01:30	耶稣101 救赎的历史 55 平安	耶稣101 救赎的历史 53 大能	耶稣101 救赎的历史 54 救赎	14:30	23:30
07:00	02:00	真道时刻 741 如何使用评断的权利	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 应许的后嗣，盼望的囚徒 9	真道时刻 740 饶恕包含不论断人	15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	婚姻与家庭 12 男女有别	婚姻与家庭 10 成长的家庭	婚姻与家庭 11 家庭的冲突	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 674 大肠直肠癌	健康新知 672 免费健检好健康	健康新知 673 痔疮不要来	17:00	02:00
09:30	04:30	恋上青年帮 13 校园趣事	恋上青年帮 11 化妆点真靓？	恋上青年帮 12 拍长拖拍散拖	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 202 蝴蝶之美 总设计师的证据	好得无比的旅程 203 信仰的牢狱：玛丽·杜朗的故事	好得无比的旅程 201 盐的历史重要性：塑造文明的力量	18:00	03:00
10:30	05:30	经声今示 59 复临运动的新神学4	经声今示 57 复临运动的新神学3	经声今示 58 复临运动的新神学5	18:30	03:30
11:00	06:00	真道时刻 740 饶恕包含不论断人	真道时刻 741 如何使用评断的权利	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 应许的后嗣，盼望的囚徒 9	19:00	04:00
11:30	06:30	古经今谈 49 Crossing The Sea On Dry Ground	古经今谈 50 Bread From Heaven	古经今谈 51 Getting Water From A Rock	19:30	04:30
12:00	07:00	健康新知 672 免费健检好健康	健康新知 673 痔疮不要来	健康新知 674 大肠直肠癌	20:00	05:00
12:30	07:30	婚姻与家庭 10 成长的家庭	婚姻与家庭 11 家庭的冲突	婚姻与家庭 12 男女有别	20:30	05:30
13:00	08:00	经声今示 57 复临运动的新神学3	经声今示 58 复临运动的新神学4	经声今示 59 复临运动的新神学5	21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	耶稣101 救赎的历史 53 大能	耶稣101 救赎的历史 54 救赎	耶稣101 救赎的历史 55 平安	22:00	07:00
14:30	09:30	脚前的灯路上的光 262 上帝的真教会(上)	脚前的灯路上的光 263 上帝的真教会(下)	脚前的灯路上的光 261 为何要加入教会？(下)	22:30	07:30
15:00	10:00	古经今谈 50 Bread From Heaven	古经今谈 51 Getting Water From A Rock	古经今谈 49 Crossing The Sea On Dry Ground	23:00	08:00
15:30	10:30	古经今谈 50 Bread From Heaven	古经今谈 51 Getting Water From A Rock	古经今谈 49 Crossing The Sea On Dry Ground	23:30	08:30

格林威治 GMT	美东 EST	11月29日 星期六	11月30日 星期日	12月1日 星期一	时间 Beijing	美西 PST
16:00	11:00	健康新知 1027 你今天累了么	安息日学-15年第三季 圣经中的宣教士 8 跨文化宣教	安息日学-15年第三季 圣经中的宣教士 9 彼得与外邦人	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00		要健康就运动 579-580	要健康就运动 582-583	01:00	10:00
17:30	12:30				01:30	10:30
18:00	13:00	惊讶的发现-在圣经的土地上 从亚洲说起的活石 5	心灵Brunch 103 教育	心灵Brunch 105 食物与节制	02:00	11:00
18:30	13:30		颂赞主恩 44	颂赞主恩 45	02:30	11:30
19:00	14:00	善恶之争 4	安格 心理学导论 30 心理学导论30	安格 心理学导论 31 心理学导论31	03:00	12:00
19:30	14:30	受感之笔 36			03:30	12:30
20:00	15:00	安格 启示录 18	宗教比较学 34 五教对中国的影响-回教	宗教比较学 35 五教对中国的影响-基督教-1	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	安息日学-25年第四季 向乔舒亚学习信心功课 应许的后嗣，盼望的囚徒 9	要健康就运动 582-583	要健康就运动 584-585	05:00	14:00
21:30	16:30		膝盖的力量 12	膝盖的力量 13	05:30	14:30
22:00	17:00	语取请求 18 像耶稣的爱	安息日学-15年第三季 圣经中的宣教士 9 彼得与外邦人	安息日学-15年第三季 圣经中的宣教士 10 宣教士胜利	06:00	15:00
22:30	17:30	善恶之争 4			06:30	15:30
23:00	18:00	受感之笔 36	蔬食go健康 529 香脆花生包	蔬食go健康 530 彩菇鲜蔬米比萨	07:00	16:00
23:30	18:30	健康新知 1027 你今天累了么	心灵Brunch 105 食物与节制	心灵Brunch 106 复兴之路	07:30	16:30
00:00	19:00	圣工消息 2012第一季第3集(中) 2012第一季第3集(粵)	安格 心理学导论 31 心理学导论31	安格 心理学导论 32 心理学导论32	08:00	17:00
00:30	19:30	语取请求 18 像耶稣的爱			08:30	17:30
01:00	20:00	安息日学-25年第四季 向乔舒亚学习信心功课 应许的后嗣，盼望的囚徒 9	颂赞主恩 45	颂赞主恩 44	09:00	18:00
01:30	20:30		宗教比较学 35 五教对中国的影响-基督教-1	宗教比较学 36 五教对中国的影响-基督教-2	09:30	18:30
02:00	21:00	惊讶的发现-在圣经的土地上 从亚洲说起的活石 5			10:00	19:00
02:30	21:30		心灵Brunch 106 复兴之路	心灵Brunch 103 素食	10:30	19:30
03:00	22:00		要健康就运动 584-585	要健康就运动 579-580	11:00	20:00
03:30	22:30		蔬食go健康 530 彩菇鲜蔬米比萨	蔬食go健康 528 咸豆浆与豆腐	11:30	20:30
04:00	23:00	语取请求 18 像耶稣的爱	安息日学-15年第三季 圣经中的宣教士 10 宣教士胜利	安息日学-15年第三季 圣经中的宣教士 8 跨文化宣教	12:00	21:00
04:30	23:30	健康新知 1027 你今天累了么			12:30	21:30
05:00	00:00	安息日学-25年第四季 向乔舒亚学习信心功课 应许的后嗣，盼望的囚徒 9	膝盖的力量 13	膝盖的力量 14	13:00	22:00
05:30	00:30				13:30	22:30
06:00	01:00	语取请求 18 像耶稣的爱	安格 心理学导论 32 心理学导论32	安格 心理学导论 30 心理学导论30	14:00	23:00
06:30	01:30	安格 启示录 18	要健康就运动 579-580	要健康就运动 582-583	14:30	23:30
07:00	02:00		心灵Brunch 103 教育	心灵Brunch 105 食物与节制	15:00	00:00
07:30	02:30	善恶之争 4	颂赞主恩 44	颂赞主恩 45	15:30	00:30
08:00	03:00	安息日学-25年第四季 向乔舒亚学习信心功课 应许的后嗣，盼望的囚徒 9	宗教比较学 36 五教对中国的影响-基督教-2	宗教比较学 34 五教对中国的影响-回教	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	圣工消息 2012第一季第3集(中) 2012第一季第3集(粵)	要健康就运动 582-583	要健康就运动 584-585	17:00	02:00
09:30	04:30	健康新知 1027 你今天累了么	蔬食go健康 528 咸豆浆与豆腐	蔬食go健康 529 香脆花生包	17:30	02:30
10:00	05:00	语取请求 18 像耶稣的爱	安息日学-15年第三季 圣经中的宣教士 8 跨文化宣教	安息日学-15年第三季 圣经中的宣教士 9 彼得与外邦人	18:00	03:00
10:30	05:30	善恶之争 4	心灵Brunch 105 复兴之路	心灵Brunch 106 素食	18:30	03:30
11:00	06:00	安格 启示录 18	膝盖的力量 14	膝盖的力量 12	19:00	04:00
11:30	06:30				19:30	04:30
12:00	07:00	受感之笔 36	宗教比较学 34 五教对中国的影响-回教	宗教比较学 35 五教对中国的影响-基督教-1	20:00	05:00
12:30	07:30	惊讶的发现-在圣经的土地上 从亚洲说起的活石 5			20:30	05:30
13:00	08:00		要健康就运动 584-585	要健康就运动 579-580	21:00	06:00
13:30	08:30		蔬食go健康 529 彩菇鲜蔬米比萨	蔬食go健康 530 彩菇鲜蔬米比萨	21:30	06:30
14:00	09:00	安息日学-25年第四季 向乔舒亚学习信心功课 应许的后嗣，盼望的囚徒 9	安格 心理学导论 30 心理学导论30	安格 心理学导论 31 心理学导论31	22:00	07:00
14:30	09:30	圣工消息 2012第一季第3集(中) 2012第一季第3集(粵)	颂赞主恩 45	颂赞主恩 44	22:30	07:30
15:00	10:00				23:00	08:00
15:30	10:30	健康新知 1027 你今天累了么	心灵Brunch 106 复兴之路	心灵Brunch 103 教育	23:30	08:30

格林威治 GMT	美东 EST	12月2日 星期二	12月3日 星期三	12月4日 星期四	时间 Beijing	美西 PST
16:00	11:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 10 宣教士胜利	真道时刻 742 信心与饶恕	真道时刻 743 展开完全饶恕的行动	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 584-585	脚前的灯路上的光 264 如何知道未来? (上)	脚前的灯路上的光 265 如何知道未来? (下)	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 530 彩菇鲜蔬米比萨	好得无比的旅程 204 与萨米人同行：与驯鹿共舞的和谐之旅	好得无比的旅程 205 一战最温馨故事 1914年圣诞节停战奇迹	01:30	10:30
18:00	13:00	心灵Brunch 106 复兴之路	婚姻与家庭 13 知己知彼	婚姻与家庭 14 家庭中的沟通	02:00	11:00
18:30	13:30	丰富人生 93 上帝的基金经纪人			02:30	11:30
19:00	14:00	安格 心理学导论 32 心理学导论32	经声今示 60 复临运动的新神学6	经声今示 61 复临运动的新神学7	03:00	12:00
19:30	14:30		耶稣101 救赎的历史 56 上帝的计划	耶稣101 救赎的历史 57 胜利	03:30	12:30
20:00	15:00	宗教比较学 36 五教对中国的影响-基督教-2	健康新知 675 鼻窦颅底癌治疗	健康新知 676 腮腺肿瘤	04:00	13:00
20:30	15:30		好得无比的旅程 205 一战最温馨故事 1914年圣诞节停战奇迹	好得无比的旅程 204 与萨米人同行：与驯鹿共舞的和谐之旅	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 579-580	古经今谈 52 Listen To Good Advice	古经今谈 53 Getting Attention	05:00	14:00
21:30	16:30	膝盖的力量 14	耶稣101 救赎的历史 57 胜利	耶稣101 救赎的历史 58 恩典	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 8 跨文化宣教	真道时刻 743 展开完全饶恕的行动	真道时刻 742 信心与饶恕	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 528 咸豆豉与豆腐	脚前的灯路上的光 265 如何知道未来? (下)	脚前的灯路上的光 266 你不可忽视的预兆(上)	07:00	16:00
23:30	18:30	心灵Brunch 103 教育	恋上青年帮 16 变身术	恋上青年帮 18 型装	07:30	16:30
00:00	19:00	安格 心理学导论 30 心理学导论30	好得无比的旅程 204 与萨米人同行：与驯鹿共舞的和谐之旅	好得无比的旅程 205 一战最温馨故事 1914年圣诞节停战奇迹	08:00	17:00
00:30	19:30		婚姻与家庭 14 家庭中的沟通	婚姻与家庭 15 沟通中聆听的艺术	08:30	17:30
01:00	20:00	丰富人生 93 上帝的基金经纪人			09:00	18:00
01:30	20:30	宗教比较学 34 五教对中国的影响-回教	脚前的灯路上的光 266 你不可忽视的预兆(上)	脚前的灯路上的光 264 如何知道未来? (上)	09:30	18:30
02:00	21:00		古经今谈 53 Getting Attention	古经今谈 54 The Basis For Obedience	10:00	19:00
02:30	21:30	心灵Brunch 105 食物与节制	恋上青年帮 18 变身术	恋上青年帮 19 型装	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 582-583	健康新知 676 腮腺肿瘤	健康新知 677 肌肉无力	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 529 香脆花生包	经声今示 61 复临运动的新神学7	经声今示 62 复临运动的新神学8	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 9 彼得与外邦人	真道时刻 742 信心与饶恕	真道时刻 743 展开完全饶恕的行动	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	膝盖的力量 12	古经今谈 54 The Basis For Obedience	古经今谈 52 Listen To Good Advice	13:00	22:00
05:30	00:30	安格 心理学导论 31 心理学导论31	好得无比的旅程 205 一战最温馨故事 1914年圣诞节停战奇迹	好得无比的旅程 204 与萨米人同行：与驯鹿共舞的和谐之旅	13:30	22:30
06:00	01:00		脚前的灯路上的光 264 如何知道未来? (上)	脚前的灯路上的光 265 如何知道未来? (下)	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 584-585	耶稣101 救赎的历史 58 恩典	耶稣101 救赎的历史 56 上帝的计划	14:30	23:30
07:00	02:00	心灵Brunch 106 复兴之路	真道时刻 743 展开完全饶恕的行动	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 真正的乔舒亚 10	15:00	00:00
07:30	02:30	丰富人生 93 上帝的基金经纪人			15:30	00:30
08:00	03:00	宗教比较学 35 五教对中国的影响-基督教-1	婚姻与家庭 15 沟通中聆听的艺术	婚姻与家庭 13 知己知彼	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 579-580	健康新知 677 肌肉无力	健康新知 675 鼻窦颅底癌治疗	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 530 彩菇鲜蔬米比萨	恋上青年帮 19 永生何求	恋上青年帮 16 变身术	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 10 宣教士胜利	好得无比的旅程 204 与萨米人同行：与驯鹿共舞的和谐之旅	好得无比的旅程 205 一战最温馨故事 1914年圣诞节停战奇迹	18:00	03:00
10:30	05:30		经声今示 62 复临运动的新神学8	经声今示 60 复临运动的新神学6	18:30	03:30
11:00	06:00	心灵Brunch 103 食物与节制	真道时刻 742 信心与饶恕	真道时刻 743 展开完全饶恕的行动	19:00	04:00
11:30	06:30	膝盖的力量 13	古经今谈 54 Listen To Good Advice	古经今谈 53 Getting Attention	19:30	04:30
12:00	07:00	宗教比较学 36 五教对中国的影响-基督教-2	健康新知 675 鼻窦颅底癌治疗	健康新知 676 腮腺肿瘤	20:00	05:00
12:30	07:30		婚姻与家庭 13 知己知彼	婚姻与家庭 14 家庭中的沟通	20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 582-583 蔬食go健康 528 食物与节制			21:00	06:00
13:30	08:30	安格 心理学导论 32 心理学导论32	经声今示 60 复临运动的新神学6	经声今示 61 复临运动的新神学7	21:30	06:30
14:00	09:00				22:00	07:00
14:30	09:30	丰富人生 93 上帝的基金经纪人	耶稣101 救赎的历史 57	耶稣101 救赎的历史 58	22:30	07:30
15:00	10:00		脚前的灯路上的光 265 如何知道未来? (下)	脚前的灯路上的光 266 你不可忽视的预兆(上)	23:00	08:00
15:30	10:30	心灵Brunch 105 食物与节制	古经今谈 53 Getting Attention	古经今谈 54 The Basis For Obedience	23:30	08:30

格林威治 GMT	美东 EST	12月5日 星期五	12月6日 星期六	12月7日 星期日	时间 Beijing	美西 PST
16:00	11:00	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 真正的乔舒亚 10	健康新知 1028 肠胃型感冒	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 11 保罗的背景和蒙召	00:00	09:00
16:30	11:30		真道时刻 228 全新的你(一) 你是万中无一的		00:30	09:30
17:00	12:00		脚前的灯路上的光 266 你不可忽视的预兆(上)		要健康就运动 586-587	01:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 1 致命海岸	信心方程式1	蔬食go健康 531 奶香菇菇干豉浓汤	01:30	10:30
18:00	13:00	婚姻与家庭 15 沟通中聆听的艺术	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 真正的乔舒亚 10	心灵Brunch 107 活得更美	02:00	11:00
18:30	13:30			颂赞主恩 46	02:30	11:30
19:00	14:00	经声今示 62 复临运动的新神学8	善恶之争 5	安格 心理学导论 33 心理学导论33	03:00	12:00
19:30	14:30	耶稣101 救赎的历史 58 恩典	受感之笔 37		03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 677 肌肉无力	安格 启示录 19	宗教比较学 37 五教对中国的影响-基督教-3	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 1 致命海岸			04:30	13:30
21:00	16:00	古经今谈 54 The Basis For Obedience	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 真正的乔舒亚 10	要健康就运动 588-589	05:00	14:00
21:30	16:30	耶稣101 救赎的历史 56 上帝的计划		膝盖的力量 15	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 真正的乔舒亚 10		语取请求 19 《创》里的女人	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 12 保罗的宣教使命和信息	06:00
22:30	17:30		善恶之争 5	06:30		15:30
23:00	18:00	脚前的灯路上的光 264 如何知道未来? (上)	受感之笔 37	蔬食go健康 532 椰家茄汁炖蔬菜	07:00	16:00
23:30	18:30	恋上青年帮 19 永生何求	健康新知 1028 肠胃型感冒	心灵Brunch 108 尝过才算数	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 1 致命海岸	圣工消息 2012第二季第1集(中) 2012第二季第1集(粵)	安格 心理学导论 34 心理学导论34	08:00	17:00
00:30	19:30	婚姻与家庭 13 知己知彼			08:30	17:30
01:00	20:00	脚前的灯路上的光 265 如何知道未来? (下)	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 真正的乔舒亚 10	颂赞主恩 47	09:00	18:00
01:30	20:30			宗教比较学 38 比较论稿-基督教与儒家思想-1	09:30	18:30
02:00	21:00	古经今谈 52 Listen To Good Advice	真道时刻 228 全新的你(一) 你是万中无一的	心灵Brunch 109 你睡了吗	10:00	19:00
02:30	21:30	恋上青年帮 16 你睡了吗	膝盖的力量 16		10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 675 鼻翼侧底治疗	信心方程式1	要健康就运动 590-591	11:00	20:00
03:30	22:30	经声今示 60 复临运动的新神学6	圣工消息 2012第二季第1集(中) 2012第二季第1集(粵)	蔬食go健康 533 泰式绿咖喱佐香蒜面包	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 真正的乔舒亚 10		语取请求 19 《创》里的女人	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 13 全世界都必须听吗?	12:00
04:30	23:30		健康新知 1028 肠胃型感冒	12:30		21:30
05:00	00:00	古经今谈 53 Gentle Attention	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 真正的乔舒亚 10	膝盖的力量 16	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 1 致命海岸			13:30	22:30
06:00	01:00	脚前的灯路上的光 266 你不可忽视的预兆(上)	语取请求 19 《创》里的女人	安格 心理学导论 35 心理学导论35	14:00	23:00
06:30	01:30	耶稣101 救赎的历史 57 临到	安格 启示录 19	要健康就运动 586-587	14:30	23:30
07:00	02:00	真道时刻 742 信心与饶恕		心灵Brunch 107 活得更美	15:00	00:00
07:30	02:30		善恶之争 5	颂赞主恩 46	15:30	00:30
08:00	03:00	婚姻与家庭 14 家庭中的沟通	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 真正的乔舒亚 10	宗教比较学 39 比较论稿-基督教与儒家思想-2	16:00	01:00
08:30	03:30			要健康就运动 588-589	16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 676 腮腺肿瘤	圣工消息 2012第二季第1集(中) 2012第二季第1集(粵)	要健康就运动 588-589	17:00	02:00
09:30	04:30	恋上青年帮 18 型装	健康新知 1028 肠胃型感冒	蔬食go健康 531 奶香菇菇干豉浓汤	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 1 致命海岸	语取请求 19 《创》里的女人	安息日学-15年第3季 圣经中的宣教士 11 保罗的背景和蒙召	18:00	03:00
10:30	05:30	经声今示 61	善恶之争 5	心灵Brunch 108 你睡了吗	18:30	03:30
11:00	06:00	安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 真正的乔舒亚 10	安格 启示录 19	膝盖的力量 17	19:00	04:00
11:30	06:30	古经今谈 54 The Basis For Obedience	受感之笔 37	宗教比较学 37 五教对中国的影响-基督教-3	19:30	04:30
12:00	07:00	健康新知 677 肌肉无力	真道时刻 228 全新的你(一) 你是万中无一的		20:00	05:00
12:30	07:30	婚姻与家庭 15 沟通中聆听的艺术	信心方程式1	要健康就运动 590-591 蔬食go健康 532 椰家茄汁炖蔬菜	20:30	05:30
13:00	08:00		安息日学-25年第4季 向乔舒亚学习信心功课 真正的乔舒亚 10	安格 心理学导论 33 心理学导论33	21:00	06:00
13:30	08:30	经声今示 62 复临运动的新神学8			21:30	06:30
14:00	09:00	耶稣101 救赎的历史 58	圣工消息 2012第二季第1集(中) 2012第二季第1集(粵)	颂赞主恩 47	22:00	07:00
14:30	09:30	脚前的灯路上的光 264 如何知道未来? (上)			22:30	07:30
15:00	10:00	古经今谈 52 Listen To Good Advice	健康新知 1028 肠胃型感冒	心灵Brunch 109 你睡了吗	23:00	08:00
15:30	10:30				23:30	08:30