格林威治	美东	6月6日	6月7日	6月8日	时间	美西
GMT	BST	星期四	星期五	星期六		PST
16:00	11:00	真道时刻 585 不落空的启示(四十九)“他们同心合意”	安息日学-24年第2季 善恶之争 招魂术的骗局 10	健康新知 950 脑膜瘤	00:00	09:00
16:30	11:30			2019圣经解碼布道会 审判日如何做好准备 20	00:30	09:30
17:00	12:00	脚前的灯路上的光 7 背叛的天使	脚前的灯路上的光 8 最完美的婚筵一		01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 29 甘地的秘密信息	好得无比的旅程 30 塔罗尔的心		01:30	10:30
18:00	13:00	个人布道法 1 个人布道法的概论	个人布道法 2 出自上帝的计划	安息日学-24年第2季 善恶之争 招魂术的骗局 10	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	古经今谈 3 Gardening!	古经今谈 4 No Longer Alone…	受感之笔 23	03:00	12:00
19:30	14:30	伊莱贾的人生 53	伊莱贾的人生 54	有营人生 11 老人健康与饮食 (I)	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 440 乳癌病友协会	健康新知 441 姊妹走出来	奇妙探险 1 寻宝图	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 30 塔罗尔的心	好得无比的旅程 28 认识奇妙的大脑		04:30	13:30
21:00	16:00	膝盖的力量 222	膝盖的力量 223	安息日学-24年第2季 善恶之争 招魂术的骗局 10	05:00	14:00
21:30	16:30	伊莱贾的人生 54	伊莱贾的人生 52		05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 584 不落空的启示(四十八)逆妇与朱红色的兽	安息日学-24年第2季 善恶之争 招魂术的骗局 10	经声今示 11 教会增长的新方法1	06:00	15:00
22:30	17:30			受感之笔 23	06:30	15:30
23:00	18:00	脚前的灯路上的光 8 最完美的婚筵一	脚前的灯路上的光 6 复临的君王二	有营人生 11 老人健康与饮食 (I)	07:00	16:00
23:30	18:30	基督徒家庭 54	基督徒家庭 55	健康新知 950 脑膜瘤	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 28 认识奇妙的大脑	好得无比的旅程 29 甘地的秘密信息	圣工消息 2024年第一季第1集(中) 2024年第一季第1集(粤)	08:00	17:00
00:30	19:30	个人布道法 2 出自上帝的计划	个人布道法 1 个人布道法的概论	颂赞主恩 19	08:30	17:30
01:00	20:00			安息日学-24年第2季 善恶之争 招魂术的骗局 10	09:00	18:00
01:30	20:30	脚前的灯路上的光 6 复临的君王二	脚前的灯路上的光 7 背叛的天使		09:30	18:30
02:00	21:00	膝盖的力量 223	膝盖的力量 221	2019圣经解碼布道会 审判日如何做好准备 20	10:00	19:00
02:30	21:30	基督徒家庭 55	基督徒家庭 53		10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 441 姊妹走出来	健康新知 439 认识白内障		11:00	20:00
03:30	22:30	古经今谈 4 No Longer Alone…	古经今谈 2 Where Did We Come From?	圣工消息 2024年第一季第1集(中) 2024年第一季第1集(粤)	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 585 不落空的启示(四十九)“他们同心合意”	安息日学-24年第2季 善恶之争 招魂术的骗局 10	经声今示 11 教会增长的新方法1	12:00	21:00
04:30	23:30			健康新知 950 脑膜瘤	12:30	21:30
05:00	00:00	膝盖的力量 221	膝盖的力量 222	安息日学-24年第2季 善恶之争 招魂术的骗局 10	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 29 甘地的秘密信息	好得无比的旅程 30 塔罗尔的心		13:30	22:30
06:00	01:00	脚前的灯路上的光 7 背叛的天使	脚前的灯路上的光 8 最完美的婚筵一	颂赞主恩 19	14:00	23:00
06:30	01:30	伊莱贾的人生 52	伊莱贾的人生 53	奇妙探险 1 寻宝图	14:30	23:30
07:00	02:00	安息日学-24年第2季 善恶之争 招魂术的骗局 10	真道时刻 584 不落空的启示(四十八)逆妇与朱红色的兽		15:00	00:00
07:30	02:30			受感之笔 23	15:30	00:30
08:00	03:00	个人布道法 1 个人布道法的概论	个人布道法 2 出自上帝的计划	安息日学-24年第2季 善恶之争 招魂术的骗局 10	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 439 认识白内障	健康新知 440 乳癌病友协会	圣工消息 2024年第一季第1集(中) 2024年第一季第1集(粤)	17:00	02:00
09:30	04:30	基督徒家庭 53	基督徒家庭 54	健康新知 950 脑膜瘤	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 30 塔罗尔的心	好得无比的旅程 28 认识奇妙的大脑	经声今示 11 教会增长的新方法1	18:00	03:00
10:30	05:30	古经今谈 2 Where Did We Come From?	古经今谈 3 Gardening!	受感之笔 23	18:30	03:30
11:00	06:00	真道时刻 585 不落空的启示(四十九)“他们同心合意”	安息日学-24年第2季 善恶之争 招魂术的骗局 10	奇妙探险 1 寻宝图	19:00	04:00
11:30	06:30				19:30	04:30
12:00	07:00	膝盖的力量 222	膝盖的力量 223	有营人生 11 老人健康与饮食 (I)	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 440 乳癌病友协会	健康新知 441 姊妹走出来	2019圣经解碼布道会 审判日如何做好准备 20	20:30	05:30
13:00	08:00	个人布道法 2 出自上帝的计划	个人布道法 1 个人布道法的概论		21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	古经今谈 3 Gardening!	古经今谈 4 No Longer Alone…	安息日学-24年第2季 善恶之争 招魂术的骗局 10	22:00	07:00
14:30	09:30	伊莱贾的人生 53	伊莱贾的人生 54		22:30	07:30
15:00	10:00	脚前的灯路上的光 8 最完美的婚筵一	脚前的灯路上的光 6 复临的君王二	圣工消息 2024年第一季第1集(中) 2024年第一季第1集(粤)	23:00	08:00
15:30	10:30	膝盖的力量 223	膝盖的力量 221	健康新知 950 脑膜瘤	23:30	08:30

格林威治	美东	6月9日	6月10日	6月11日	时间	美西
GMT	EST	星期日	星期一	星期二		PST
16:00	11:00	安息日学-11年第1季 耶稣哭了:圣经与人的情感 12 自然界：健康的源头之一	安息日学-11年第1季 耶稣哭了:圣经与人的情感 13 与耶稣的合伙关系	安息日学-11年第2季 恩典之袍 1 在天国的织机上	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 605-606	要健康就运动 607-608	要健康就运动 609-610	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 539 绿花椰菜山药浓汤	蔬食go健康 540 卡兹香蒜绿花椰菜	蔬食go健康 541 莴苣 油醋 水波蛋	01:30	10:30
18:00	13:00	士师风云 65	信心方程式1	信心方程式2	02:00	11:00
18:30	13:30	耶稣说 142	耶稣说 143	耶稣说 144	02:30	11:30
19:00	14:00	基督复临安息日会史 45 第四十五讲	基督复临安息日会史 46 第四十六讲	婚姻与家庭 1 上帝给人类的礼物	03:00	12:00
19:30	14:30				03:30	12:30
20:00	15:00	启示录 - 希望、意义与目的 1 给我们的启示录信息	启示录 - 希望、意义与目的 2 耶稣基督的启示	启示录 - 希望、意义与目的 3 以弗所与士每拿	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 607-608	要健康就运动 609-610	要健康就运动 605-606	05:00	14:00
21:30	16:30	踏上耶稣的脚踪(中) 3 出生在粮食之仓	踏上耶稣的脚踪(中) 4 我的爱子	踏上耶稣的脚踪(中) 5 上帝的羔羊-人子	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-11年第1季 耶稣哭了:圣经与人的情感 13 与耶稣的合伙关系	安息日学-11年第1季 耶稣哭了:圣经与人的情感 12 自然界：健康的源头之一	安息日学-11年第2季 恩典之袍 1 在天国的织机上	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 540 卡兹香蒜绿花椰菜	蔬食go健康 541 莴苣 油醋 水波蛋	蔬食go健康 539 绿花椰菜山药浓汤	07:00	16:00
23:30	18:30	士师风云 65	信心方程式2	信心方程式1	07:30	16:30
00:00	19:00	基督复临安息日会史 46 第四十六讲	基督复临安息日会史 45 第四十五讲	婚姻与家庭 1 上帝给人类的礼物	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	耶稣说 143	耶稣说 144	耶稣说 142	09:00	18:00
01:30	20:30	启示录 - 希望、意义与目的 2 耶稣基督的启示	启示录 - 希望、意义与目的 3 以弗所与士每拿	启示录 - 希望、意义与目的 1 给我们的启示录信息	09:30	18:30
02:00	21:00				10:00	19:00
02:30	21:30	士师风云 65	信心方程式1	信心方程式2	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 609-610	要健康就运动 605-606	要健康就运动 607-608	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 541 莴苣 油醋 水波蛋	蔬食go健康 539 绿花椰菜山药浓汤	蔬食go健康 540 卡兹香蒜绿花椰菜	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-11年第1季 耶稣哭了:圣经与人的情感 12 自然界：健康的源头之一	安息日学-11年第1季 耶稣哭了:圣经与人的情感 13 与耶稣的合伙关系	安息日学-11年第2季 恩典之袍 1 在天国的织机上	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	踏上耶稣的脚踪(中) 4 我的爱子	踏上耶稣的脚踪(中) 5 上帝的羔羊-人子	踏上耶稣的脚踪(中) 3 出生在粮食之仓	13:00	22:00
05:30	00:30	基督复临安息日会史 45 第四十五讲	基督复临安息日会史 46 第四十六讲	婚姻与家庭 1 上帝给人类的礼物	13:30	22:30
06:00	01:00				14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 605-606	要健康就运动 607-608	要健康就运动 609-610	14:30	23:30
07:00	02:00	士师风云 65	信心方程式2	信心方程式1	15:00	00:00
07:30	02:30	耶稣说 144	耶稣说 142	耶稣说 143	15:30	00:30
08:00	03:00	启示录 - 希望、意义与目的 3 以弗所与士每拿	启示录 - 希望、意义与目的 1 给我们的启示录信息	启示录 - 希望、意义与目的 2 耶稣基督的启示	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 607-608	要健康就运动 609-610	要健康就运动 605-606	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 539 绿花椰菜山药浓汤	蔬食go健康 540 卡兹香蒜绿花椰菜	蔬食go健康 541 莴苣 油醋 水波蛋	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-11年第1季 耶稣哭了:圣经与人的情感 13 与耶稣的合伙关系	安息日学-11年第1季 耶稣哭了:圣经与人的情感 12 自然界：健康的源头之一	安息日学-11年第2季 恩典之袍 1 在天国的织机上	18:00	03:00
10:30	05:30				18:30	03:30
11:00	06:00	士师风云 65	信心方程式1	信心方程式2	19:00	04:00
11:30	06:30	踏上耶稣的脚踪(中) 5 上帝的羔羊-人子	踏上耶稣的脚踪(中) 3 出生在粮食之仓	踏上耶稣的脚踪(中) 4 我的爱子	19:30	04:30
12:00	07:00	启示录 - 希望、意义与目的 1 给我们的启示录信息	启示录 - 希望、意义与目的 2 耶稣基督的启示	启示录 - 希望、意义与目的 3 以弗所与士每拿	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 609-610	要健康就运动 605-606	要健康就运动 607-608	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 540 卡兹香蒜绿花椰菜	蔬食go健康 541 莴苣 油醋 水波蛋	蔬食go健康 539 绿花椰菜山药浓汤	21:30	06:30
14:00	09:00	基督复临安息日会史 46 第四十六讲	基督复临安息日会史 45 第四十五讲	婚姻与家庭 1 上帝给人类的礼物	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	耶稣说 142	耶稣说 143	耶稣说 144	23:00	08:00
15:30	10:30	士师风云 65	信心方程式2	信心方程式1	23:30	08:30

格林威治	美东	6月12日	6月13日	6月14日	时间	美西
GMT	EST	星期三	星期四	星期五		PST
16:00	11:00	真道时刻 586 不落空的启示(五十)受刑罚的大淫妇	真道时刻 587 不落空的启示(五十一)羔羊娶亲的宴席	安息日学-24年第2季 善恶之争 即将到来的冲突 11	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	脚前的灯路上的光 9 最完美的婚条二	脚前的灯路上的光 10 最完美的婚条三	脚前的灯路上的光 11 上帝的律法-1	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 31 大荒野最后的游牧者	好得无比的旅程 32 石头王国	好得无比的旅程 33 囚犯的历程	01:30	10:30
18:00	13:00	个人布道法 3 神圣的救赎任务	个人布道法 4 培养救人的美德	个人布道法 5 具备献身的精神	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	古经今谈 5 What Went Wrong?	古经今谈 6 Blaming Somebody Else	古经今谈 7 The Background Story Concerning Evil	03:00	12:00
19:30	14:30	伊莱贾的人生 55	经上记着说 1 变得更聪明	经上记着说 2 顶峰的表现	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 442 吃得安心	健康新知 443 毒来毒往	健康新知 444 不良疤痕的治疗	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 32 石头王国	好得无比的旅程 33 囚犯的历程	好得无比的旅程 31 大荒野最后的游牧者	04:30	13:30
21:00	16:00	膝盖的力量 224	膝盖的力量 225	膝盖的力量 226	05:00	14:00
21:30	16:30	伊莱贾的人生 55	经上记着说 2 顶峰的表现	经上记着说 1 变得更聪明	05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 587 不落空的启示(五十一)羔羊娶亲的宴席	真道时刻 586 不落空的启示(五十)受刑罚的大淫妇	安息日学-24年第2季 善恶之争 即将到来的冲突 11	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	脚前的灯路上的光 10 最完美的婚条三	脚前的灯路上的光 11 上帝的律法-1	脚前的灯路上的光 9 最完美的婚条二	07:00	16:00
23:30	18:30	基督徒家庭 56	晨钟暮鼓 1-3	晨钟暮鼓 4-6	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 33 囚犯的历程	好得无比的旅程 31 大荒野最后的游牧者	好得无比的旅程 32 石头王国	08:00	17:00
00:30	19:30	个人布道法 4 培养救人的美德	个人布道法 5 具备献身的精神	个人布道法 3 神圣的救赎任务	08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	脚前的灯路上的光 11 上帝的律法-1	脚前的灯路上的光 9 最完美的婚条二	脚前的灯路上的光 10 最完美的婚条三	09:30	18:30
02:00	21:00	膝盖的力量 225	膝盖的力量 226	膝盖的力量 224	10:00	19:00
02:30	21:30	基督徒家庭 56	晨钟暮鼓 4-6	晨钟暮鼓 1-3	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 443 毒来毒往	健康新知 444 不良疤痕的治疗	健康新知 442 吃得安心	11:00	20:00
03:30	22:30	古经今谈 6 Blaming Somebody Else	古经今谈 7 The Background Story Concerning Evil	古经今谈 5 What Went Wrong?	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 586 不落空的启示(五十)受刑罚的大淫妇	真道时刻 587 不落空的启示(五十一)羔羊娶亲的宴席	安息日学-24年第2季 善恶之争 即将到来的冲突 11	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	膝盖的力量 226	膝盖的力量 224	膝盖的力量 225	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 31 大荒野最后的游牧者	好得无比的旅程 32 石头王国	好得无比的旅程 33 囚犯的历程	13:30	22:30
06:00	01:00	脚前的灯路上的光 9 最完美的婚条二	脚前的灯路上的光 10 最完美的婚条三	脚前的灯路上的光 11 上帝的律法-1	14:00	23:00
06:30	01:30	伊莱贾的人生 55	经上记着说 1 变得更聪明	经上记着说 2 顶峰的表现	14:30	23:30
07:00	02:00	真道时刻 587 不落空的启示(五十一)羔羊娶亲的宴席	安息日学-24年第2季 善恶之争 即将到来的冲突 11	真道时刻 586 不落空的启示(五十)受刑罚的大淫妇	15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	个人布道法 5 具备献身的精神	个人布道法 3 神圣的救赎任务	个人布道法 4 培养救人的美德	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 444 不良疤痕的治疗	健康新知 442 吃得安心	健康新知 443 毒来毒往	17:00	02:00
09:30	04:30	基督徒家庭 56	晨钟暮鼓 1-3	晨钟暮鼓 4-6	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 32 石头王国	好得无比的旅程 33 囚犯的历程	好得无比的旅程 31 大荒野最后的游牧者	18:00	03:00
10:30	05:30	古经今谈 7 The Background Story Concerning Evil	古经今谈 5 What Went Wrong?	古经今谈 6 Blaming Somebody Else	18:30	03:30
11:00	06:00	真道时刻 586 不落空的启示(五十)受刑罚的大淫妇	真道时刻 587 不落空的启示(五十一)羔羊娶亲的宴席	安息日学-24年第2季 善恶之争 即将到来的冲突 11	19:00	04:00
11:30	06:30				19:30	04:30
12:00	07:00	膝盖的力量 224	膝盖的力量 225	膝盖的力量 226	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 442 吃得安心	健康新知 443 毒来毒往	健康新知 444 不良疤痕的治疗	20:30	05:30
13:00	08:00	个人布道法 3 神圣的救赎任务	个人布道法 4 培养救人的美德	个人布道法 5 具备献身的精神	21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	古经今谈 5 What Went Wrong?	古经今谈 6 Blaming Somebody Else	古经今谈 7 The Background Story Concerning Evil	22:00	07:00
14:30	09:30	伊莱贾的人生 55	经上记着说 2 顶峰的表现	经上记着说 1 变得更聪明	22:30	07:30
15:00	10:00	脚前的灯路上的光 10 最完美的婚条三	脚前的灯路上的光 11 上帝的律法-1	脚前的灯路上的光 9 最完美的婚条二	23:00	08:00
15:30	10:30	膝盖的力量 225	膝盖的力量 226	膝盖的力量 224	23:30	08:30

格林威治	美东	6月15日	6月16日	6月17日	时间	美西
GMT	EST	星期六	星期日	星期一		PST
16:00	11:00	健康新知 951 复合式手术的运用	安息日学-11年第2季 恩典之袍 2 从高举到抛弃	安息日学-11年第2季 恩典之袍 3 洁白无罪的衣服	00:00	09:00
16:30	11:30	2019圣经解码布道会 圣灵在你生命中的工作 21			00:30	09:30
17:00	12:00		要健康就运动 611-612	要健康就运动 613-614	01:00	10:00
17:30	12:30		蔬食go健康 542 嫩煎豆腐温色拉	蔬食go健康 543 草莓塔	01:30	10:30
18:00	13:00	安息日学-24年第2季 善恶之争 即将到来的冲突 11	信心方程式3	信心方程式4	02:00	11:00
18:30	13:30		耶稣说 145	耶稣说 146	02:30	11:30
19:00	14:00	受感之笔 24	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	03:00	12:00
19:30	14:30	有营人生 12 便秘			03:30	12:30
20:00	15:00	奇妙探险 2 屠龙记	启示录 - 希望、意义与目的 4 别迦摩与推雅推喇	启示录 - 希望、意义与目的 5 撒狄、非拉铁非与老底嘉	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	安息日学-24年第2季 善恶之争 即将到来的冲突 11	要健康就运动 613-614	要健康就运动 615-616	05:00	14:00
21:30	16:30		踏上耶稣的脚踪(中) 6 亲自与耶稣对话	踏上耶稣的脚踪(中) 7 水旁的神迹	05:30	14:30
22:00	17:00	经声今示 12 教会增长的新方法2	安息日学-11年第2季 恩典之袍 3 洁白无罪的衣服	安息日学-11年第2季 恩典之袍 4 彩衣	06:00	15:00
22:30	17:30	受感之笔 24			06:30	15:30
23:00	18:00	有营人生 12 便秘	蔬食go健康 543 草莓塔	蔬食go健康 544 素松芋头蛋糕球	07:00	16:00
23:30	18:30	健康新知 951 复合式手术的运用	信心方程式4	信心方程式5	07:30	16:30
00:00	19:00	圣工消息 2024年第一季第2集(中) 2024年第一季第2集(粤)	婚姻与家庭 3 如何选择终身伴侣	婚姻与家庭 4 幸福婚姻的秘诀	08:00	17:00
00:30	19:30	颂赞主恩 20			08:30	17:30
01:00	20:00	安息日学-24年第2季 善恶之争 即将到来的冲突 11	耶稣说 146	耶稣说 147	09:00	18:00
01:30	20:30		启示录 - 希望、意义与目的 5 撒狄、非拉铁非与老底嘉	启示录 - 希望、意义与目的 6 狮子羔羊与宝座	09:30	18:30
02:00	21:00	2019圣经解码布道会 圣灵在你生命中的工作 21			10:00	19:00
02:30	21:30		信心方程式4	信心方程式5	10:30	19:30
03:00	22:00		要健康就运动 615-616	要健康就运动 611-612	11:00	20:00
03:30	22:30	圣工消息 2024年第一季第2集(中) 2024年第一季第2集(粤)	蔬食go健康 544 素松芋头蛋糕球	蔬食go健康 542 嫩煎豆腐温色拉	11:30	20:30
04:00	23:00	经声今示 12 教会增长的新方法2	安息日学-11年第2季 恩典之袍 4 彩衣	安息日学-11年第2季 恩典之袍 2 从高举到抛弃	12:00	21:00
04:30	23:30	健康新知 951 复合式手术的运用			12:30	21:30
05:00	00:00	安息日学-24年第2季 善恶之争 即将到来的冲突 11	踏上耶稣的脚踪(中) 7 水旁的神迹	踏上耶稣的脚踪(中) 8 在加利利传道	13:00	22:00
05:30	00:30		婚姻与家庭 4 幸福婚姻的秘诀	婚姻与家庭 2 婚姻与婚礼的意义	13:30	22:30
06:00	01:00	颂赞主恩 20			14:00	23:00
06:30	01:30	奇妙探险 2 屠龙记	要健康就运动 611-612	要健康就运动 613-614	14:30	23:30
07:00	02:00		信心方程式5	信心方程式3	15:00	00:00
07:30	02:30	受感之笔 24	耶稣说 147	耶稣说 145	15:30	00:30
08:00	03:00	安息日学-24年第2季 善恶之争 即将到来的冲突 11	启示录 - 希望、意义与目的 6 狮子羔羊与宝座	启示录 - 希望、意义与目的 4 别迦摩与推雅推喇	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	圣工消息 2024年第一季第2集(中) 2024年第一季第2集(粤)	要健康就运动 613-614	要健康就运动 615-616	17:00	02:00
09:30	04:30	健康新知 951 复合式手术的运用	蔬食go健康 542 嫩煎豆腐温色拉	蔬食go健康 543 草莓塔	17:30	02:30
10:00	05:00	经声今示 12 教会增长的新方法2	安息日学-11年第2季 恩典之袍 2 从高举到抛弃	安息日学-11年第2季 恩典之袍 3 洁白无罪的衣服	18:00	03:00
10:30	05:30	受感之笔 24			18:30	03:30
11:00	06:00	奇妙探险 2 屠龙记	信心方程式3	信心方程式4	19:00	04:00
11:30	06:30		踏上耶稣的脚踪(中) 8 在加利利传道	踏上耶稣的脚踪(中) 6 亲自与耶稣对话	19:30	04:30
12:00	07:00	有营人生 12 便秘	启示录 - 希望、意义与目的 4 别迦摩与推雅推喇	启示录 - 希望、意义与目的 5 撒狄、非拉铁非与老底嘉	20:00	05:00
12:30	07:30	2019圣经解码布道会 圣灵在你生命中的工作 21			20:30	05:30
13:00	08:00		要健康就运动 615-616	要健康就运动 611-612	21:00	06:00
13:30	08:30		蔬食go健康 543 草莓塔	蔬食go健康 544 素松芋头蛋糕球	21:30	06:30
14:00	09:00	安息日学-24年第2季 善恶之争 即将到来的冲突 11	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	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	圣工消息 2024年第一季第2集(中) 2024年第一季第2集(粤)	耶稣说 145	耶稣说 146	23:00	08:00
15:30	10:30	健康新知 951 复合式手术的运用	信心方程式4	信心方程式5	23:30	08:30

格林威治	美东	6月18日	6月19日	6月20日	时间	美西
GMT	EST	星期二	星期三	星期四		PST
16:00	11:00	安息日学-11年第2季 恩典之袍 4 彩衣	真道时刻 588 不落空的启示(五十二)千禧年	真道时刻 589 不落空的启示(五十三)新耶路撒冷圣城	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 615-616	脚前的灯路上的光 12 上帝的律法-2	脚前的灯路上的光 13 上帝的律法-3	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 544 紫松芋头蛋糕球	好得无比的旅程 34 尤利卡的历史遗赠	好得无比的旅程 35 沉船海岸	01:30	10:30
18:00	13:00	信心方程式5	个人布道法 6 虔诚生活的影响	个人布道法 7 传道二十一规范	02:00	11:00
18:30	13:30	耶稣说 147			02:30	11:30
19:00	14:00	婚姻与家庭 4 幸福婚姻的秘诀	古经今谈 8 The First Person To Be Feared	古经今谈 9 Brother Trouble	03:00	12:00
19:30	14:30		经上记着说 3 寻着希望的路径	经上记着说 4 大脑的食物	03:30	12:30
20:00	15:00	启示录 - 希望、意义与目的 6 狮子羔羊与宝座	健康新知 445 心肌梗塞	健康新知 446 周边动脉血管疾病	04:00	13:00
20:30	15:30		好得无比的旅程 35 沉船海岸	好得无比的旅程 36 淘金热	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 611-612	膝盖的力量 227	膝盖的力量 228	05:00	14:00
21:30	16:30	瞻上耶稣的脚踪(中) 8 在加利利传道	经上记着说 4 大脑的食物	经上记着说 5 增强大脑能力	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-11年第2季 恩典之袍 2 从高举到抛弃	真道时刻 589 不落空的启示(五十三)新耶路撒冷圣城	真道时刻 588 不落空的启示(五十二)千禧年	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 542 嫩煎豆腐温色拉	脚前的灯路上的光 13 上帝的律法-3	脚前的灯路上的光 14 第四条诫命-1	07:00	16:00
23:30	18:30	信心方程式3	晨钟暮鼓 7-9	晨钟暮鼓 10-12	07:30	16:30
00:00	19:00	婚姻与家庭 2 婚姻与婚礼的意义	好得无比的旅程 36 淘金热	好得无比的旅程 34 尤利卡的历史遗赠	08:00	17:00
00:30	19:30		个人布道法 7 传道二十一规范	个人布道法 8 耶稣立下好榜模	08:30	17:30
01:00	20:00	耶稣说 145			09:00	18:00
01:30	20:30	启示录 - 希望、意义与目的 4 别迦摩与推雅推喇	脚前的灯路上的光 14 第四条诫命-1	脚前的灯路上的光 12 上帝的律法-2	09:30	18:30
02:00	21:00		膝盖的力量 228	膝盖的力量 229	10:00	19:00
02:30	21:30	信心方程式3	晨钟暮鼓 10-12	晨钟暮鼓 13-15	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 613-614	健康新知 446 周边动脉血管疾病	健康新知 447 胶原蛋白	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 543 草莓塔	古经今谈 9 Brother Trouble	古经今谈 10 Really Old People!	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-11年第2季 恩典之袍 3 洁白无罪的衣服	真道时刻 588 不落空的启示(五十二)千禧年	真道时刻 589 不落空的启示(五十三)新耶路撒冷圣城	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	瞻上耶稣的脚踪(中) 6 亲自与耶稣对话	膝盖的力量 229	膝盖的力量 227	13:00	22:00
05:30	00:30	婚姻与家庭 3 如何选择终身伴侣	好得无比的旅程 34 尤利卡的历史遗赠	好得无比的旅程 35 沉船海岸	13:30	22:30
06:00	01:00		脚前的灯路上的光 12 上帝的律法-2	脚前的灯路上的光 13 上帝的律法-3	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 615-616	经上记着说 5 增强大脑能力	经上记着说 3 寻着希望的路径	14:30	23:30
07:00	02:00	信心方程式4	真道时刻 589 不落空的启示(五十三)新耶路撒冷圣城	安息日学-24年第2季 普遍之争 地球最后的大事件 12	15:00	00:00
07:30	02:30	耶稣说 146			15:30	00:30
08:00	03:00	启示录 - 希望、意义与目的 5 撒狄、非拉铁非与老底嘉	个人布道法 8 耶稣立下好榜模	个人布道法 6 虔诚生活的影响	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 611-612	健康新知 447 胶原蛋白	健康新知 445 心肌梗塞	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 544 紫松芋头蛋糕球	晨钟暮鼓 13-15	晨钟暮鼓 7-9	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-11年第2季 恩典之袍 4 彩衣	好得无比的旅程 35 沉船海岸	好得无比的旅程 36 淘金热	18:00	03:00
10:30	05:30		古经今谈 10 Really Old People!	古经今谈 8 The First Person To Be Feared	18:30	03:30
11:00	06:00	信心方程式5	真道时刻 588 不落空的启示(五十二)千禧年	真道时刻 589 不落空的启示(五十三)新耶路撒冷圣城	19:00	04:00
11:30	06:30	瞻上耶稣的脚踪(中) 7 水旁的神迹			19:30	04:30
12:00	07:00	启示录 - 希望、意义与目的 6 狮子羔羊与宝座	膝盖的力量 227	膝盖的力量 228	20:00	05:00
12:30	07:30		健康新知 445 心肌梗塞	健康新知 446 周边动脉血管疾病	20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 613-614	个人布道法 6 虔诚生活的影响	个人布道法 7 传道二十一规范	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 542 嫩煎豆腐温色拉			21:30	06:30
14:00	09:00	婚姻与家庭 4 幸福婚姻的秘诀	古经今谈 8 The First Person To Be Feared	古经今谈 9 Brother Trouble	22:00	07:00
14:30	09:30		经上记着说 3 寻着希望的路径	经上记着说 4 大脑的食物	22:30	07:30
15:00	10:00	耶稣说 147	脚前的灯路上的光 13 上帝的律法-3	脚前的灯路上的光 14 第四条诫命-1	23:00	08:00
15:30	10:30	信心方程式3	膝盖的力量 228	膝盖的力量 229	23:30	08:30

格林威治	美东	6月21日	6月22日	6月23日	时间	美西
GMT	EST	星期五	星期六	星期日		PST
16:00	11:00	安息日学-24年第2季 善恶之争 地球最后的大事件 12	健康新知 952 健脑防失智	安息日学-11年第2季 恩典之袍 5 条可恩典之袍	00:00	09:00
16:30	11:30		2019圣经解码布道会 天上的上帝与世上的神 22		00:30	09:30
17:00	12:00	脚前的灯路上的光 14 第四条诫命-1		要健康就运动 617-618	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 36 淘金热		蔬食go健康 545 奶酪球	01:30	10:30
18:00	13:00	个人布道法 8 耶稣立下好榜模	安息日学-24年第2季 善恶之争 地球最后的大事件 12	信心方程式6	02:00	11:00
18:30	13:30			耶稣说 148	02:30	11:30
19:00	14:00	古经今谈 10 Really Old People!	受感之笔 25	婚姻与家庭 5 认识真爱	03:00	12:00
19:30	14:30	经上记着说 5 增强大脑能力	有营人生 13 清心的油（I）		03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 447 胶原蛋白	奇妙探险 4 王的准则	启示录 - 希望、意义与目的 7 启示录之四骑士	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 34 尤利卡的历史遗赠			04:30	13:30
21:00	16:00	膝盖的力量 229	安息日学-24年第2季 善恶之争 地球最后的大事件 12	要健康就运动 619-620	05:00	14:00
21:30	16:30	经上记着说 3 寻着希望的路径		踏上耶稣的脚踪(中) 9 传道的奋兴期	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-24年第2季 善恶之争 地球最后的大事件 12	经声今示 13 教会增长的新方法3	安息日学-11年第2季 恩典之袍 6 伊莱贾和伊莱沙的外衣	06:00	15:00
22:30	17:30		受感之笔 25		06:30	15:30
23:00	18:00	脚前的灯路上的光 12 上帝的神法-2	有营人生 13 清心的油（I）	蔬食go健康 546 低糖高蛋白燕麦吐司	07:00	16:00
23:30	18:30	晨钟暮鼓 13-15	健康新知 952 健脑防失智	信心方程式6	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 35 沉船海岸	圣工消息 2024年第一季第3集(中) 2024年第一季第3集(粤)	婚姻与家庭 6 基督徒的恋爱生活	08:00	17:00
00:30	19:30	个人布道法 6 虔诚生活的影响	颂赞主恩 21		08:30	17:30
01:00	20:00		安息日学-24年第2季 善恶之争 地球最后的大事件 12	耶稣说 149	09:00	18:00
01:30	20:30	脚前的灯路上的光 13 上帝的神法-3		启示录 - 希望、意义与目的 8 十四万四千和许多的人	09:30	18:30
02:00	21:00	膝盖的力量 227	2019圣经解码布道会 天上的上帝与世上的神 22		10:00	19:00
02:30	21:30	晨钟暮鼓 7-9		信心方程式6	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 445 心肌梗塞		要健康就运动 621-622	11:00	20:00
03:30	22:30	古经今谈 8 The First Person To Be Feared	圣工消息 2024年第一季第3集(中) 2024年第一季第3集(粤)	蔬食go健康 547 双色葛豆腐	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-24年第2季 善恶之争 地球最后的大事件 12	经声今示 13 教会增长的新方法3	安息日学-11年第2季 恩典之袍 7 在祂翅膀的荫下	12:00	21:00
04:30	23:30		健康新知 952 健脑防失智		12:30	21:30
05:00	00:00	膝盖的力量 228	安息日学-24年第2季 善恶之争 地球最后的大事件 12	踏上耶稣的脚踪(中) 10 他呼召了十二位	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 36 淘金热		婚姻与家庭 7 为何要等到结婚	13:30	22:30
06:00	01:00	脚前的灯路上的光 14 第四条诫命-1	颂赞主恩 21		14:00	23:00
06:30	01:30	经上记着说 4 大脑的食物	奇妙探险 4 王的准则	要健康就运动 617-618	14:30	23:30
07:00	02:00	真道时刻 588 不落空的启示(五十二)千禧年		信心方程式6	15:00	00:00
07:30	02:30		受感之笔 25	耶稣说 150	15:30	00:30
08:00	03:00	个人布道法 7 传道二十一规范	安息日学-24年第2季 善恶之争 地球最后的大事件 12	启示录 - 希望、意义与目的 9 吹响七号筒	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 446 周边动脉血管疾病	圣工消息 2024年第一季第3集(中) 2024年第一季第3集(粤)	要健康就运动 619-620	17:00	02:00
09:30	04:30	晨钟暮鼓 10-12	健康新知 952 健脑防失智	蔬食go健康 545 奶酪球	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 34 尤利卡的历史遗赠	经声今示 13 教会增长的新方法3	安息日学-11年第2季 恩典之袍 5 条可恩典之袍	18:00	03:00
10:30	05:30	古经今谈 9 Brother Trouble	受感之笔 25		18:30	03:30
11:00	06:00	安息日学-24年第2季 善恶之争 地球最后的大事件 12	奇妙探险 4 王的准则	信心方程式6	19:00	04:00
11:30	06:30			踏上耶稣的脚踪(中) 11 天国的道理	19:30	04:30
12:00	07:00	膝盖的力量 229	有营人生 13 清心的油（I）	启示录 - 希望、意义与目的 7 启示录之四骑士	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 447 胶原蛋白	2019圣经解码布道会 天上的上帝与世上的神 22		20:30	05:30
13:00	08:00	个人布道法 8 耶稣立下好榜模		要健康就运动 621-622	21:00	06:00
13:30	08:30			蔬食go健康 546 低糖高蛋白燕麦吐司	21:30	06:30
14:00	09:00	古经今谈 10 Really Old People!	安息日学-24年第2季 善恶之争 地球最后的大事件 12	婚姻与家庭 5 认识真爱	22:00	07:00
14:30	09:30	经上记着说 5 增强大脑能力			22:30	07:30
15:00	10:00	脚前的灯路上的光 12 上帝的神法-2	圣工消息 2024年第一季第3集(中) 2024年第一季第3集(粤)	耶稣说 148	23:00	08:00
15:30	10:30	膝盖的力量 227	健康新知 952 健脑防失智	信心方程式6	23:30	08:30

格林威治	美东	6月24日	6月25日	6月26日	时间	美西
GMT	EST	星期一	星期二	星期三		PST
16:00	11:00	安息日学-11年第2季 恩典之袍 6 伊莱贾和伊莱沙的外衣	安息日学-11年第2季 恩典之袍 7 在祂翅膀的荫下	真道时刻 590 与主基督有约(一)四福音书的记录	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 619-620	要健康就运动 621-622	脚前的灯路上的光 15 第四条诫命-2	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 546 低糖高蛋白燕麦吐司	蔬食go健康 547 双色葛豆腐	好得无比的旅程 37 大荒漠的画家	01:30	10:30
18:00	13:00	全新的祷告1 全新的角度	全新的祷告2 全新的问题	个人布道法 9 耶稣传道的方法	02:00	11:00
18:30	13:30	耶稣说 149	耶稣说 150		02:30	11:30
19:00	14:00	婚姻与家庭 6 基督徒的恋爱生活	婚姻与家庭 7 为何要等到结婚	古经今谈 11 How Bad Can It Get?	03:00	12:00
19:30	14:30			经上记着说 6 打败糖尿病	03:30	12:30
20:00	15:00	启示录 - 希望、意义与目的 8 十四万四千和许多的人	启示录 - 希望、意义与目的 9 吹响七号筒	健康新知 448 甲状腺问题 上	04:00	13:00
20:30	15:30			好得无比的旅程 38 当世界破碎时	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 621-622	要健康就运动 617-618	膝盖的力量 230	05:00	14:00
21:30	16:30	踏上耶稣的脚踪(中) 10 他呼召了十二位	踏上耶稣的脚踪(中) 11 天国的道理	经上记着说 7 肥胖症	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-11年第2季 恩典之袍 7 在祂翅膀的荫下	安息日学-11年第2季 恩典之袍 5 祭司恩典之袍	真道时刻 591 与主基督有约(二)为上帝百姓的犹太人	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 547 双色葛豆腐	蔬食go健康 545 奶酪球	脚前的灯路上的光 16 第四条诫命-3	07:00	16:00
23:30	18:30	全新的祷告2 全新的问题	全新的祷告1 全新的角度	晨钟暮鼓 16-18	07:30	16:30
00:00	19:00	婚姻与家庭 7 为何要等到结婚	婚姻与家庭 5 认识真爱	好得无比的旅程 39 南极的竞赛	08:00	17:00
00:30	19:30			个人布道法 10 门徒一对一传道	08:30	17:30
01:00	20:00	耶稣说 150	耶稣说 148		09:00	18:00
01:30	20:30	启示录 - 希望、意义与目的 9 吹响七号筒	启示录 - 希望、意义与目的 7 启示录之四骑士	脚前的灯路上的光 17 荣耀的国度-1	09:30	18:30
02:00	21:00			膝盖的力量 231	10:00	19:00
02:30	21:30	全新的祷告1 全新的角度	全新的祷告2 全新的问题	晨钟暮鼓 19-21	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 617-618	要健康就运动 619-620	健康新知 449 甲状腺问题 下	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 545 奶酪球	蔬食go健康 546 低糖高蛋白燕麦吐司	古经今谈 12 Wiped Out!	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-11年第2季 恩典之袍 5 祭司恩典之袍	安息日学-11年第2季 恩典之袍 6 伊莱贾和伊莱沙的外衣	真道时刻 590 与主基督有约(一)四福音书的记录	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	踏上耶稣的脚踪(中) 11 天国的道理	踏上耶稣的脚踪(中) 9 传道的奋兴期	膝盖的力量 232	13:00	22:00
05:30	00:30	婚姻与家庭 5 认识真爱	婚姻与家庭 6 基督徒的恋爱生活	好得无比的旅程 37 大荒漠的画家	13:30	22:30
06:00	01:00			脚前的灯路上的光 15 第四条诫命-2	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 619-620	要健康就运动 621-622	经上记着说 8 自由的礼物	14:30	23:30
07:00	02:00	全新的祷告2 全新的问题	全新的祷告1 全新的角度	真道时刻 591 与主基督有约(二)为上帝百姓的犹太人	15:00	00:00
07:30	02:30	耶稣说 148	耶稣说 149		15:30	00:30
08:00	03:00	启示录 - 希望、意义与目的 7 启示录之四骑士	启示录 - 希望、意义与目的 8 十四万四千和许多的人	个人布道法 11 保罗传道的方式	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 621-622	要健康就运动 617-618	健康新知 450 回春拉提 上	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 546 低糖高蛋白燕麦吐司	蔬食go健康 547 双色葛豆腐	晨钟暮鼓 22-24	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-11年第2季 恩典之袍 6 伊莱贾和伊莱沙的外衣	安息日学-11年第2季 恩典之袍 7 在祂翅膀的荫下	好得无比的旅程 38 当世界破碎时	18:00	03:00
10:30	05:30			古经今谈 13 Rainbow of Promise	18:30	03:30
11:00	06:00	全新的祷告1 全新的角度	全新的祷告2 全新的问题	真道时刻 590 与主基督有约(一)四福音书的记录	19:00	04:00
11:30	06:30	踏上耶稣的脚踪(中) 9 传道的奋兴期	踏上耶稣的脚踪(中) 10 他呼召了十二位		19:30	04:30
12:00	07:00	启示录 - 希望、意义与目的 8 十四万四千和许多的人	启示录 - 希望、意义与目的 9 吹响七号筒	膝盖的力量 230	20:00	05:00
12:30	07:30			健康新知 448 甲状腺问题 上	20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 617-618	要健康就运动 619-620	个人布道法 9 耶稣传道的方法	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 547 双色葛豆腐	蔬食go健康 545 奶酪球		21:30	06:30
14:00	09:00	婚姻与家庭 6 基督徒的恋爱生活	婚姻与家庭 7 为何要等到结婚	古经今谈 11 How Bad Can It Get?	22:00	07:00
14:30	09:30			经上记着说 6 打败糖尿病	22:30	07:30
15:00	10:00	耶稣说 149	耶稣说 150	脚前的灯路上的光 16 第四条诫命-3	23:00	08:00
15:30	10:30	全新的祷告2 全新的问题	全新的祷告1 全新的角度	膝盖的力量 231	23:30	08:30

格林威治	美东	6月27日	6月28日	6月29日	时间	美西
GMT	EST	星期四	星期五	星期六		PST
16:00	11:00	真道时刻 591 与主基督有约(二)为上帝百姓的犹太人	安息日学-24年第2季 善恶之争 上帝之爱的胜利 13	健康新知 953 偏头痛	00:00	09:00
16:30	11:30			2019圣经解碼布道会 上帝给世界的最后警告 23	00:30	09:30
17:00	12:00	脚前的灯路上的光 16 第四条诫命-3	脚前的灯路上的光 17 荣耀的国度-1		01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 38 当世界破碎时	好得无比的旅程 39 南极的竞赛		01:30	10:30
18:00	13:00	个人布道法 10 门徒一对一传道	个人布道法 11 保罗传道的方式	安息日学-24年第2季 善恶之争 上帝之爱的胜利 13	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	古经今谈 12 Wiped Out!	古经今谈 13 Rainbow of Promise	受感之笔 26	03:00	12:00
19:30	14:30	经上记着说 7 肥胖症	经上记着说 8 自由的礼物	有营人生 14 清心的油 (II)	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 449 甲状腺问题 下	健康新知 450 回春拉提 上	奇妙探险 5 惟一的救生艇	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 39 南极的竞赛	好得无比的旅程 37 大荒漠的画家		04:30	13:30
21:00	16:00	膝盖的力量 231	膝盖的力量 232	安息日学-24年第2季 善恶之争 上帝之爱的胜利 13	05:00	14:00
21:30	16:30	经上记着说 8 自由的礼物	经上记着说 6 打败糖尿病		05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 590 与主基督有约(一)四福音书的记录	安息日学-24年第2季 善恶之争 上帝之爱的胜利 13	经声今示 14 教会增长的新方法4	06:00	15:00
22:30	17:30			受感之笔 26	06:30	15:30
23:00	18:00	脚前的灯路上的光 17 荣耀的国度-1	脚前的灯路上的光 15 第四条诫命-2	有营人生 14 清心的油 (II)	07:00	16:00
23:30	18:30	晨钟暮鼓 19-21	晨钟暮鼓 22-24	健康新知 953 偏头痛	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 37 大荒漠的画家	好得无比的旅程 38 当世界破碎时	圣工消息 2024年第二季第1集(中) 2024年第二季第1集(粤)	08:00	17:00
00:30	19:30	个人布道法 11 保罗传道的方式	个人布道法 9 耶稣传道的方法	颂赞主恩 22	08:30	17:30
01:00	20:00			安息日学-24年第2季 善恶之争 上帝之爱的胜利 13	09:00	18:00
01:30	20:30	脚前的灯路上的光 15 第四条诫命-2	脚前的灯路上的光 16 第四条诫命-3		09:30	18:30
02:00	21:00	膝盖的力量 232	膝盖的力量 230	2019圣经解碼布道会 上帝给世界的最后警告 23	10:00	19:00
02:30	21:30	晨钟暮鼓 22-24	晨钟暮鼓 16-18		10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 450 回春拉提 上	健康新知 448 甲状腺问题 上		11:00	20:00
03:30	22:30	古经今谈 13 Rainbow of Promise	古经今谈 11 How Bad Can It Get?	圣工消息 2024年第二季第1集(中) 2024年第二季第1集(粤)	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 591 与主基督有约(二)为上帝百姓的犹太人	安息日学-24年第2季 善恶之争 上帝之爱的胜利 13	经声今示 14 教会增长的新方法4	12:00	21:00
04:30	23:30			健康新知 953 偏头痛	12:30	21:30
05:00	00:00	膝盖的力量 230	膝盖的力量 231	安息日学-24年第2季 善恶之争 上帝之爱的胜利 13	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 38 当世界破碎时	好得无比的旅程 39 南极的竞赛		13:30	22:30
06:00	01:00	脚前的灯路上的光 16 第四条诫命-3	脚前的灯路上的光 17 荣耀的国度-1	颂赞主恩 22	14:00	23:00
06:30	01:30	经上记着说 6 打败糖尿病	经上记着说 7 肥胖症	奇妙探险 5 惟一的救生艇	14:30	23:30
07:00	02:00	安息日学-24年第2季 善恶之争 上帝之爱的胜利 13	真道时刻 590 与主基督有约(一)四福音书的记录		15:00	00:00
07:30	02:30			受感之笔 26	15:30	00:30
08:00	03:00	个人布道法 9 耶稣传道的方法	个人布道法 10 门徒一对一传道	安息日学-24年第2季 善恶之争 上帝之爱的胜利 13	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 448 甲状腺问题 上	健康新知 449 甲状腺问题 下	圣工消息 2024年第二季第1集(中) 2024年第二季第1集(粤)	17:00	02:00
09:30	04:30	晨钟暮鼓 16-18	晨钟暮鼓 19-21	健康新知 953 偏头痛	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 39 南极的竞赛	好得无比的旅程 37 大荒漠的画家	经声今示 14 教会增长的新方法4	18:00	03:00
10:30	05:30	古经今谈 11 How Bad Can It Get?	古经今谈 12 Wiped Out!	受感之笔 26	18:30	03:30
11:00	06:00	真道时刻 591 与主基督有约(二)为上帝百姓的犹太人	安息日学-24年第2季 善恶之争 上帝之爱的胜利 13	奇妙探险 5 惟一的救生艇	19:00	04:00
11:30	06:30				19:30	04:30
12:00	07:00	膝盖的力量 231	膝盖的力量 232	有营人生 14 清心的油 (II)	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 449 甲状腺问题 下	健康新知 450 回春拉提 上	2019圣经解碼布道会 上帝给世界的最后警告 23	20:30	05:30
13:00	08:00	个人布道法 10 门徒一对一传道	个人布道法 11 保罗传道的方式		21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	古经今谈 12 Wiped Out!	古经今谈 13 Rainbow of Promise	安息日学-24年第2季 善恶之争 上帝之爱的胜利 13	22:00	07:00
14:30	09:30	经上记着说 7 肥胖症	经上记着说 8 自由的礼物		22:30	07:30
15:00	10:00	脚前的灯路上的光 17 荣耀的国度-1	脚前的灯路上的光 15 第四条诫命-2	圣工消息 2024年第二季第1集(中) 2024年第二季第1集(粤)	23:00	08:00
15:30	10:30	膝盖的力量 232	膝盖的力量 230	健康新知 953 偏头痛	23:30	08:30

格林威治	美东	6月30日	7月1日	7月2日	时间	美西
GMT	EST	星期日	星期一	星期二		PST
16:00	11:00	安息日学-11年第2季 恩典之袍 8 华美的衣服	安息日学-11年第2季 恩典之袍 9 从火中抽出来的一根柴	安息日学-11年第2季 恩典之袍 10 浪子的新装	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 623-624	要健康就运动 625-626	要健康就运动 627-628	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 548 蔬食蒲烧鳗鱼	蔬食go健康 549 泡菜炒天香豆腐	蔬食go健康 550 牛蒡芋香八宝饭	01:30	10:30
18:00	13:00	全新的祷告3 全新的祷告	全新的祷告4 全新的挑战	全新的祷告5 完全倚靠	02:00	11:00
18:30	13:30	耶稣说 151	耶稣说 152	耶稣说 153	02:30	11:30
19:00	14:00	婚姻与家庭 8 为结婚作准备	婚姻与家庭 9 个人成长与婚姻适应	婚姻与家庭 10 成长的家庭	03:00	12:00
19:30	14:30				03:30	12:30
20:00	15:00	启示录 - 希望、意义与目的 10 第五及六号筒	启示录 - 希望、意义与目的 11 上帝叫人吃了书卷	启示录 - 希望、意义与目的 12 两位见证人被处死	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 625-626	要健康就运动 627-628	要健康就运动 623-624	05:00	14:00
21:30	16:30	踏上耶稣的脚踪(中) 12 辉煌的圣殿	踏上耶稣的脚踪(中) 13 时候到了	踏上耶稣的脚踪(中) 14 伟大的示玛	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-11年第2季 恩典之袍 9 从火中抽出来的一根柴	安息日学-11年第2季 恩典之袍 10 浪子的新装	安息日学-11年第2季 恩典之袍 8 华美的衣服	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 549 泡菜炒天香豆腐	蔬食go健康 550 牛蒡芋香八宝饭	蔬食go健康 548 蔬食蒲烧鳗鱼	07:00	16:00
23:30	18:30	全新的祷告4 全新的挑战	全新的祷告5 完全倚靠	全新的祷告3 全新的祷告	07:30	16:30
00:00	19:00	婚姻与家庭 9 个人成长与婚姻适应	婚姻与家庭 10 成长的家庭	婚姻与家庭 8 为结婚作准备	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	耶稣说 152	耶稣说 153	耶稣说 151	09:00	18:00
01:30	20:30	启示录 - 希望、意义与目的 11 上帝叫人吃了书卷	启示录 - 希望、意义与目的 12 两位见证人被处死	启示录 - 希望、意义与目的 10 第五及六号筒	09:30	18:30
02:00	21:00				10:00	19:00
02:30	21:30	全新的祷告5 完全倚靠	全新的祷告3 全新的祷告	全新的祷告4 全新的挑战	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 627-628	要健康就运动 623-624	要健康就运动 625-626	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 550 牛蒡芋香八宝饭	蔬食go健康 548 蔬食蒲烧鳗鱼	蔬食go健康 549 泡菜炒天香豆腐	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-11年第2季 恩典之袍 10 浪子的新装	安息日学-11年第2季 恩典之袍 8 华美的衣服	安息日学-11年第2季 恩典之袍 9 从火中抽出来的一根柴	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	踏上耶稣的脚踪(中) 13 时候到了	踏上耶稣的脚踪(中) 14 伟大的示玛	踏上耶稣的脚踪(中) 12 辉煌的圣殿	13:00	22:00
05:30	00:30	婚姻与家庭 10 成长的家庭	婚姻与家庭 8 为结婚作准备	婚姻与家庭 9 个人成长与婚姻适应	13:30	22:30
06:00	01:00				14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 623-624	要健康就运动 625-626	要健康就运动 627-628	14:30	23:30
07:00	02:00	全新的祷告3 全新的祷告	全新的祷告4 全新的挑战	全新的祷告5 完全倚靠	15:00	00:00
07:30	02:30	耶稣说 153	耶稣说 151	耶稣说 152	15:30	00:30
08:00	03:00	启示录 - 希望、意义与目的 12 两位见证人被处死	启示录 - 希望、意义与目的 10 第五及六号筒	启示录 - 希望、意义与目的 11 上帝叫人吃了书卷	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 625-626	要健康就运动 627-628	要健康就运动 623-624	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 548 蔬食蒲烧鳗鱼	蔬食go健康 549 泡菜炒天香豆腐	蔬食go健康 550 牛蒡芋香八宝饭	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-11年第2季 恩典之袍 8 华美的衣服	安息日学-11年第2季 恩典之袍 9 从火中抽出来的一根柴	安息日学-11年第2季 恩典之袍 10 浪子的新装	18:00	03:00
10:30	05:30				18:30	03:30
11:00	06:00	全新的祷告4 全新的挑战	全新的祷告5 完全倚靠	全新的祷告3 全新的祷告	19:00	04:00
11:30	06:30	踏上耶稣的脚踪(中) 14 伟大的示玛	踏上耶稣的脚踪(中) 12 辉煌的圣殿	踏上耶稣的脚踪(中) 13 时候到了	19:30	04:30
12:00	07:00	启示录 - 希望、意义与目的 10 第五及六号筒	启示录 - 希望、意义与目的 11 上帝叫人吃了书卷	启示录 - 希望、意义与目的 12 两位见证人被处死	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 627-628	要健康就运动 623-624	要健康就运动 625-626	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 549 泡菜炒天香豆腐	蔬食go健康 550 牛蒡芋香八宝饭	蔬食go健康 548 蔬食蒲烧鳗鱼	21:30	06:30
14:00	09:00	婚姻与家庭 8 为结婚作准备	婚姻与家庭 9 个人成长与婚姻适应	婚姻与家庭 10 成长的家庭	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	耶稣说 151	耶稣说 152	耶稣说 153	23:00	08:00
15:30	10:30	全新的祷告5 完全倚靠	全新的祷告3 全新的祷告	全新的祷告4 全新的挑战	23:30	08:30

格林威治	美东	7月3日	7月4日	7月5日	时间	美西
GMT	EST	星期三	星期四	星期五		PST
16:00	11:00	真道时刻 592 与主基督有约(三)上帝的道	真道时刻 593 与主基督有约(四)施洗约翰与耶稣的诞生	安息日学-24年第3季 马可福音 福音的开始 1	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	脚前的灯路上的光 18 荣耀的国度-2	脚前的灯路上的光 19 人死后会如何-1	脚前的灯路上的光 20 人死后会如何-2	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 40 缤纷悉尼	好得无比的旅程 41 灯塔	好得无比的旅程 42 科科达的英雄	01:30	10:30
18:00	13:00	个人布道法 12 福音禾场遍全地	个人布道法 13 谁是我们的邻舍	个人布道法 14 个人布道与教会	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	古经今谈 14 Confusion City	古经今谈 15 Time to Go !	古经今谈 16 The Problem With Fixing Things Yourself…	03:00	12:00
19:30	14:30	经上记着说 9 日内瓦	经上记着说 10 祷告	经上记着说 11 商业伦理	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 451 回春拉提 下	健康新知 452 急诊是有多急	健康新知 453 倾听	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 41 灯塔	好得无比的旅程 42 科科达的英雄	好得无比的旅程 40 缤纷悉尼	04:30	13:30
21:00	16:00	膝盖的力量 233	膝盖的力量 234	膝盖的力量 235	05:00	14:00
21:30	16:30	经上记着说 10 祷告	经上记着说 11 商业伦理	经上记着说 9 日内瓦	05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 593 与主基督有约(四)施洗约翰与耶稣的诞生	真道时刻 592 与主基督有约(三)上帝的道	安息日学-24年第3季 马可福音 福音的开始 1	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	脚前的灯路上的光 19 人死后会如何-1	脚前的灯路上的光 20 人死后会如何-2	脚前的灯路上的光 18 荣耀的国度-2	07:00	16:00
23:30	18:30	晨钟暮鼓 25-27	晨钟暮鼓 28-30	晨钟暮鼓 31-32/34	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 42 科科达的英雄	好得无比的旅程 40 缤纷悉尼	好得无比的旅程 41 灯塔	08:00	17:00
00:30	19:30	个人布道法 13 谁是我们的邻舍	个人布道法 14 个人布道与教会	个人布道法 12 福音禾场遍全地	08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	脚前的灯路上的光 20 人死后会如何-2	脚前的灯路上的光 18 荣耀的国度-2	脚前的灯路上的光 19 人死后会如何-1	09:30	18:30
02:00	21:00	膝盖的力量 234	膝盖的力量 235	膝盖的力量 233	10:00	19:00
02:30	21:30	晨钟暮鼓 28-30	晨钟暮鼓 31-32/34	晨钟暮鼓 25-27	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 452 急诊是有多急	健康新知 453 倾听	健康新知 451 回春拉提 下	11:00	20:00
03:30	22:30	古经今谈 15 Time to Go !	古经今谈 16 The Problem With Fixing Things Yourself…	古经今谈 14 Confusion City	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 592 与主基督有约(三)上帝的道	真道时刻 593 与主基督有约(四)施洗约翰与耶稣的诞生	安息日学-24年第3季 马可福音 福音的开始 1	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	膝盖的力量 235	膝盖的力量 233	膝盖的力量 234	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 40 缤纷悉尼	好得无比的旅程 41 灯塔	好得无比的旅程 42 科科达的英雄	13:30	22:30
06:00	01:00	脚前的灯路上的光 18 荣耀的国度-2	脚前的灯路上的光 19 人死后会如何-1	脚前的灯路上的光 20 人死后会如何-2	14:00	23:00
06:30	01:30	经上记着说 11 商业伦理	经上记着说 9 日内瓦	经上记着说 10 祷告	14:30	23:30
07:00	02:00	真道时刻 593 与主基督有约(四)施洗约翰与耶稣的诞生	安息日学-24年第3季 马可福音 福音的开始 1	真道时刻 592 与主基督有约(三)上帝的道	15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	个人布道法 14 个人布道与教会	个人布道法 12 福音禾场遍全地	个人布道法 13 谁是我们的邻舍	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 453 倾听	健康新知 451 回春拉提 下	健康新知 452 急诊是有多急	17:00	02:00
09:30	04:30	晨钟暮鼓 31-32/34	晨钟暮鼓 25-27	晨钟暮鼓 28-30	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 41 灯塔	好得无比的旅程 42 科科达的英雄	好得无比的旅程 40 缤纷悉尼	18:00	03:00
10:30	05:30	古经今谈 16 The Problem With Fixing Things Yourself…	古经今谈 14 Confusion City	古经今谈 15 Time to Go !	18:30	03:30
11:00	06:00	真道时刻 592 与主基督有约(三)上帝的道	真道时刻 593 与主基督有约(四)施洗约翰与耶稣的诞生	安息日学-24年第3季 马可福音 福音的开始 1	19:00	04:00
11:30	06:30				19:30	04:30
12:00	07:00	膝盖的力量 233	膝盖的力量 234	膝盖的力量 235	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 451 回春拉提 下	健康新知 452 急诊是有多急	健康新知 453 倾听	20:30	05:30
13:00	08:00	个人布道法 12 福音禾场遍全地	个人布道法 13 谁是我们的邻舍	个人布道法 14 个人布道与教会	21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	古经今谈 14 Confusion City	古经今谈 15 Time to Go !	古经今谈 16 The Problem With Fixing Things Yourself…	22:00	07:00
14:30	09:30	经上记着说 9 日内瓦	经上记着说 10 祷告	经上记着说 11 商业伦理	22:30	07:30
15:00	10:00	脚前的灯路上的光 19 人死后会如何-1	脚前的灯路上的光 20 人死后会如何-2	脚前的灯路上的光 18 荣耀的国度-2	23:00	08:00
15:30	10:30	膝盖的力量 234	膝盖的力量 235	膝盖的力量 233	23:30	08:30