

格林威治	美东	6月9日	6月10日	6月11日	时间	美西
GMT	EST	星期二	星期三	星期四	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日学-17年第1季 圣灵与灵性 12 圣灵的工作	真道时刻 796 论祷告	真道时刻 797 恶人都尊称的名为圣	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 969-970	耶稣说 62	耶稣说 63	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 709 G益胡麻辣凉粉	好得无比的旅程 82 玛丽·杜兰德 被囚却自由	好得无比的旅程 83 红土中心	01:30	10:30
18:00	13:00	经上记着说 199 救援行动-逃亡者与自由	创世记一百讲 73 示剑城的悲剧	创世记一百讲 74 伯特利的上帝	02:00	11:00
18:30	13:30	译经纵横 10 面包果			02:30	11:30
19:00	14:00	基督生平与教训 23 临别赠言(下)	真理何处寻1 一个深奥的问题	真理何处寻2 生命从何而来	03:00	12:00
19:30	14:30		圣经人物与你 17 挪亚:第一个造船的人	圣经人物与你 18 敢于反叛者:宁录	03:30	12:30
20:00	15:00	基督复临安息日会史 28 第二十八讲	健康新知 756 经痛背后有恶魔	健康新知 757 荷尔蒙与更年期抗衰老	04:00	13:00
20:30	15:30		好得无比的旅程 83 红土中心	好得无比的旅程 84 士兵的军服	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 965-966	进入祂的圣所 45	进入祂的圣所 46	05:00	14:00
21:30	16:30	膝盖的力量 95	圣经人物与你 18 敢于反叛者:宁录	圣经人物与你 19 崇高的:埃布尔兰	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-17年第1季 圣灵与灵性 10 圣灵,上帝的话,和祷告	真道时刻 797 恶人都尊称的名为圣	真道时刻 796 论祷告	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 707 桂花炒素翅	耶稣说 63	耶稣说 64	07:00	16:00
23:30	18:30	经上记着说 199 救援行动-逃亡者与自由	士师风云 43	士师风云 44	07:30	16:30
00:00	19:00	基督生平与教训 21 山边宝训(下)	好得无比的旅程 84 士兵的军服	好得无比的旅程 82 玛丽·杜兰德 被囚却自由	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	译经纵横 8 早年宣教士的遭遇	创世记一百讲 74 伯特利的上帝	创世记一百讲 75 雅各布共有12个儿子	09:00	18:00
01:30	20:30	基督复临安息日会史 25 第二十五讲	耶稣说 64	耶稣说 62	09:30	18:30
02:00	21:00		进入祂的圣所 46	进入祂的圣所 47	10:00	19:00
02:30	21:30	经上记着说 199 救援行动-逃亡者与自由	士师风云 44	士师风云 45	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 967-968	健康新知 757 荷尔蒙与更年期抗衰老	健康新知 758 新生活逆转三高	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 708 焗烤千层茄子	真理何处寻2 生命从何而来	真理何处寻3 从复杂到更复杂	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-17年第1季 圣灵与灵性 11 使圣灵担忧并抗拒祂	真道时刻 796 论祷告	真道时刻 797 恶人都尊称的名为圣	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	膝盖的力量 93	进入祂的圣所 47	进入祂的圣所 45	13:00	22:00
05:30	00:30	基督生平与教训 22 临别赠言(上)	好得无比的旅程 82 玛丽·杜兰德 被囚却自由	好得无比的旅程 83 红土中心	13:30	22:30
06:00	01:00		耶稣说 62	耶稣说 63	14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 969-970	圣经人物与你 19 崇高的:埃布尔兰	圣经人物与你 17 挪亚:第一个造船的人	14:30	23:30
07:00	02:00	经上记着说 199 救援行动-逃亡者与自由	真道时刻 797 恶人都尊称的名为圣	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 分享祂 12	15:00	00:00
07:30	02:30	译经纵横 9 被吃掉的释经家			15:30	00:30
08:00	03:00	基督复临安息日会史 26 第二十六讲	创世记一百讲 75 雅各布共有12个儿子	创世记一百讲 73 示剑城的悲剧	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 965-966	健康新知 758 新生活逆转三高	健康新知 756 经痛背后有恶魔	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 709 G益胡麻辣凉粉	士师风云 45	士师风云 43	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-17年第1季 圣灵与灵性 12 圣灵的工作	好得无比的旅程 83 红土中心	好得无比的旅程 84 士兵的军服	18:00	03:00
10:30	05:30				真理何处寻3 从复杂到更复杂	真理何处寻1 一个深奥的问题
11:00	06:00	经上记着说 199 救援行动-逃亡者与自由	真道时刻 796 论祷告	真道时刻 797 恶人都尊称的名为圣	19:00	04:00
11:30	06:30	膝盖的力量 94			19:30	04:30
12:00	07:00	基督复临安息日会史 28 第二十八讲	进入祂的圣所 45	进入祂的圣所 46	20:00	05:00
12:30	07:30		健康新知 756 经痛背后有恶魔	健康新知 757 荷尔蒙与更年期抗衰老	20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 967-968	创世记一百讲 73 示剑城的悲剧	创世记一百讲 74 伯特利的上帝	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 707 桂花炒素翅			21:30	06:30
14:00	09:00	基督生平与教训 23 临别赠言(下)	真理何处寻1 一个深奥的问题	真理何处寻2 生命从何而来	22:00	07:00
14:30	09:30		圣经人物与你 17 挪亚:第一个造船的人	圣经人物与你 18 敢于反叛者:宁录	22:30	07:30
15:00	10:00	译经纵横 10 面包果	耶稣说 63	耶稣说 64	23:00	08:00
15:30	10:30	经上记着说 199 救援行动-逃亡者与自由	进入祂的圣所 46	进入祂的圣所 47	23:30	08:30

精神政治	美东	6月12日	6月13日	6月14日	时间	美西
GMT	BST	星期五	星期六	星期日	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 分享袍 12	健康新知 1055 父母必学的亲子沟通术	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 1 彼得的为人	00:00	09:00
16:30	11:30		真道时刻 255 上帝回应		00:30	09:30
17:00	12:00		耶稣说 64	要健康就运动 971-972	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 84 士兵的军服	经声今示-与使徒们有约系列 3 肩负伟大的使命1	素食go健康 710 酱烧豆皮炸脆丝	01:30	10:30
18:00	13:00	创世记一百讲 75 雅各布共有12个儿子	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 分享袍 12	战争始末 14 策反成功	02:00	11:00
18:30	13:30			译经纵横 11 环形的珊瑚礁	02:30	11:30
19:00	14:00	真理何处寻3 从复杂到更复杂	奇妙短讲 参孙篇之一「鬍身取蜜」9	基督生平与教训 24 撒种的比喻	03:00	12:00
19:30	14:30	圣经人物与你 19 崇高的:埃布兰	拾级就主 4 认罪		03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 758 新生活逆转三高	安格-现代神学 5 马丁路德的神学4	基督复临安息日会史 29 第二十九讲	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 82 玛丽·杜兰德 被囚却自由			04:30	13:30
21:00	16:00	进入祂的圣所 47	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 分享袍 12	要健康就运动 973-974	05:00	14:00
21:30	16:30	圣经人物与你 17 挪亚:第一个造船的人		膝盖的力量 96	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 分享袍 12	语取请求 46 死亡与丧礼	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 2 不能朽坏的基业	06:00	15:00
22:30	17:30		奇妙短讲 参孙篇之一「鬍身取蜜」9		06:30	15:30
23:00	18:00	耶稣说 62	拾级就主 4 认罪	素食go健康 711 黑胡椒铁板肉丝	07:00	16:00
23:30	18:30	牧师风云 45	健康新知 1055 父母必学的亲子沟通术	战争始末 15 遵守孤山	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 83 红土中心	圣工消息 2014第三季第2集(中) 2014第三季第2集(粵)	基督生平与教训 25 浪子回头的比喻	08:00	17:00
00:30	19:30	创世记一百讲 73 示剑城的悲剧			08:30	17:30
01:00	20:00	耶稣说 63	语取请求 46 死亡与丧礼	译经纵横 12 面包果树苗和历史	09:00	18:00
01:30	20:30		安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 分享袍 12	基督复临安息日会史 30 第三十讲	09:30	18:30
02:00	21:00	进入祂的圣所 45	真道时刻 255 上帝回应	战争始末 14 策反成功	10:00	19:00
02:30	21:30	牧师风云 43		战争始末 14 策反成功	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 756 经痛背后有恶魔	经声今示-与使徒们有约系列 3 肩负伟大的使命1	要健康就运动 975-976	11:00	20:00
03:30	22:30	真理何处寻1 一个深奥的问题	圣工消息 2014第三季第2集(中) 2014第三季第2集(粵)	素食go健康 712 秀珍菇酸菜粥	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 分享袍 12	语取请求 46 死亡与丧礼	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 3 有君尊的祭司	12:00	21:00
04:30	23:30		健康新知 1055 父母必学的亲子沟通术		12:30	21:30
05:00	00:00	进入祂的圣所 46	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 分享袍 12	膝盖的力量 97	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 84 士兵的军服		基督生平与教训 26 好撒玛利亚人的比喻	13:30	22:30
06:00	01:00	耶稣说 64	语取请求 46 死亡与丧礼	要健康就运动 971-972	14:00	23:00
06:30	01:30	圣经人物与你 18 敢于反叛者:宁录	安格-现代神学 5 马丁路德的神学4		14:30	23:30
07:00	02:00	真道时刻 796 论祷告	奇妙短讲 参孙篇之一「鬍身取蜜」9	战争始末 15 遵守孤山	15:00	00:00
07:30	02:30			译经纵横 13 南太平洋的第一本圣经-大溪地语	15:30	00:30
08:00	03:00	创世记一百讲 74 伯特利的上帝	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 分享袍 12	基督复临安息日会史 31 第三十一讲	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 757 荷尔蒙与更年期抗衰老	圣工消息 2014第三季第2集(中) 2014第三季第2集(粵)	要健康就运动 973-974	17:00	02:00
09:30	04:30	牧师风云 44	健康新知 1055 父母必学的亲子沟通术	素食go健康 710 酱烧豆皮炸脆丝	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 82 玛丽·杜兰德 被囚却自由	语取请求 46 死亡与丧礼	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 1 彼得的为人	18:00	03:00
10:30	05:30	真理何处寻2 生命从何而来	奇妙短讲 参孙篇之一「鬍身取蜜」9		18:30	03:30
11:00	06:00	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 分享袍 12	安格-现代神学 5 马丁路德的神学4	战争始末 14 策反成功	19:00	04:00
11:30	06:30			膝盖的力量 98	19:30	04:30
12:00	07:00	进入祂的圣所 47	拾级就主 4 认罪	基督复临安息日会史 29 第二十九讲	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 758 新生活逆转三高	真道时刻 255 上帝回应		20:30	05:30
13:00	08:00	创世记一百讲 75 雅各布共有12个儿子	经声今示-与使徒们有约系列 3 肩负伟大的使命1	要健康就运动 975-976	21:00	06:00
13:30	08:30			素食go健康 711 黑胡椒铁板肉丝	21:30	06:30
14:00	09:00	真理何处寻3 从复杂到更复杂	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 分享袍 12	基督生平与教训 24 撒种的比喻	22:00	07:00
14:30	09:30	圣经人物与你 19 崇高的:埃布兰	圣工消息 2014第三季第2集(中) 2014第三季第2集(粵)	译经纵横 11 环形的珊瑚礁	22:30	07:30
15:00	10:00	耶稣说 62			23:00	08:00
15:30	10:30	进入祂的圣所 45	健康新知 1055 父母必学的亲子沟通术	战争始末 15 遵守孤山	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	星期一	星期二	星期三	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 2 不能朽坏的基业	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 3 有君尊的祭司	真道时刻 798 愿祢国降临	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 973-974	要健康就运动 975-976	耶稣说 65	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 711 黑胡椒铁板肉丝	蔬食go健康 712 秀珍菇酸菜粥	好得无比的旅程 85 传播希望	01:30	10:30
18:00	13:00	战争始末 15 退守孤山	经上记着说 200 午夜走向黎明	创世记一百讲 76 人丁兴旺中隐藏的毁灭	02:00	11:00
18:30	13:30	译经纵横 12 面包果树苗和历史	译经纵横 13 南太平洋的第一本圣经-大溪地语		02:30	11:30
19:00	14:00	基督生平与教训 25 浪子回头的比喻	基督生平与教训 26 好撒玛利亚人的比喻	真理何处寻4 达尔文与眼睛(上集)	03:00	12:00
19:30	14:30			圣经人物与你 20 信心之父:亚伯拉罕	03:30	12:30
20:00	15:00	基督复临安息日会史 30 第三十讲	基督复临安息日会史 31 第三十一讲	健康新知 759 说不出的困扰尿失禁	04:00	13:00
20:30	15:30			好得无比的旅程 86 疫情爆发的控制	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 975-976	要健康就运动 971-972	进入祂的圣所 48	05:00	14:00
21:30	16:30	膝盖的力量 97	膝盖的力量 98	圣经人物与你 21 死里逃生的:罗得	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 3 有君尊的祭司	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 1 彼得的为人	真道时刻 799 上帝的旨意	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 712 秀珍菇酸菜粥	蔬食go健康 710 酱烧豆皮炸脆丝	耶稣说 66	07:00	16:00
23:30	18:30	战争始末 14 策反成功	经上记着说 200 午夜走向黎明	士师风云 46	07:30	16:30
00:00	19:00	基督生平与教训 26 好撒玛利亚人的比喻	基督生平与教训 24 撒种的比喻	好得无比的旅程 87 真正的冠军	08:00	17:00
00:30	19:30			创世记一百讲 80 自由行走上帝面前的奴隶	08:30	17:30
01:00	20:00	译经纵横 13 南太平洋的第一本圣经-大溪地语	译经纵横 11 环形的珊瑚礁	耶稣说 67	09:00	18:00
01:30	20:30	基督复临安息日会史 31 第三十一讲	基督复临安息日会史 29 第二十九讲	进入祂的圣所 49	09:30	18:30
02:00	21:00	战争始末 15 退守孤山	经上记着说 200 午夜走向黎明	士师风云 47	10:00	19:00
02:30	21:30	要健康就运动 971-972	要健康就运动 973-974	健康新知 760 男性也有更年期	10:30	19:30
03:00	22:00	蔬食go健康 710 酱烧豆皮炸脆丝	蔬食go健康 711 黑胡椒铁板肉丝	真理何处寻5 达尔文与眼睛(下集)	11:00	20:00
03:30	22:30	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 1 彼得的为人	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 2 不能朽坏的基业	真道时刻 798 愿祢国降临	11:30	20:30
04:00	23:00				12:00	21:00
04:30	23:30	膝盖的力量 98	膝盖的力量 96	好得无比的旅程 85 传播希望	12:30	21:30
05:00	00:00	基督生平与教训 24 撒种的比喻	基督生平与教训 25 浪子回头的比喻	耶稣说 65	13:00	22:00
05:30	00:30	要健康就运动 973-974	要健康就运动 975-976	圣经人物与你 22 优美安静的:艾萨克	13:30	22:30
06:00	01:00	战争始末 14 策反成功	经上记着说 200 午夜走向黎明	真道时刻 799 上帝的旨意	14:00	23:00
06:30	01:30	译经纵横 11 环形的珊瑚礁	译经纵横 12 面包果树苗和历史		14:30	23:30
07:00	02:00	基督复临安息日会史 29 第二十九讲	基督复临安息日会史 30 第三十讲	创世记一百讲 81 任何条件都有机会	15:00	00:00
07:30	02:30	要健康就运动 975-976	要健康就运动 971-972	健康新知 761 眼险炎	15:30	00:30
08:00	03:00	蔬食go健康 711 黑胡椒铁板肉丝	蔬食go健康 712 秀珍菇酸菜粥	士师风云 48	16:00	01:00
08:30	03:30	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 2 不能朽坏的基业	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 3 有君尊的祭司	好得无比的旅程 86 疫情爆发的控制	16:30	01:30
09:00	04:00	战争始末 15 退守孤山	经上记着说 200 午夜走向黎明	真理何处寻6 精准的宇宙	17:00	02:00
09:30	04:30	膝盖的力量 96	膝盖的力量 97	真道时刻 798 愿祢国降临	17:30	02:30
10:00	05:00	基督复临安息日会史 30 第三十讲	基督复临安息日会史 31 第三十一讲	进入祂的圣所 48	18:00	03:00
10:30	05:30	要健康就运动 971-972	要健康就运动 973-974	健康新知 759 说不出的困扰尿失禁	18:30	03:30
11:00	06:00	蔬食go健康 712 秀珍菇酸菜粥	蔬食go健康 710 酱烧豆皮炸脆丝	创世记一百讲 76 人丁兴旺中隐藏的毁灭	19:00	04:00
11:30	06:30	基督生平与教训 25 浪子回头的比喻	基督生平与教训 26 好撒玛利亚人的比喻	真理何处寻4 达尔文与眼睛(上集)	19:30	04:30
12:00	07:00	译经纵横 12 面包果树苗和历史	译经纵横 13 南太平洋的第一本圣经-大溪地语	圣经人物与你 20 信心之父:亚伯拉罕	20:00	05:00
12:30	07:30	战争始末 14 策反成功	经上记着说 200 午夜走向黎明	耶稣说 66	20:30	05:30
13:00	08:00	基督复临安息日会史 30 第三十讲	基督复临安息日会史 31 第三十一讲	好得无比的旅程 86 疫情爆发的控制	21:00	06:00
13:30	08:30	要健康就运动 971-972	要健康就运动 973-974	真道时刻 799 上帝的旨意	21:30	06:30
14:00	09:00	蔬食go健康 712 秀珍菇酸菜粥	蔬食go健康 710 酱烧豆皮炸脆丝	创世记一百讲 76 人丁兴旺中隐藏的毁灭	22:00	07:00
14:30	09:30	基督生平与教训 25 浪子回头的比喻	基督生平与教训 26 好撒玛利亚人的比喻	真理何处寻4 达尔文与眼睛(上集)	22:30	07:30
15:00	10:00	译经纵横 12 面包果树苗和历史	译经纵横 13 南太平洋的第一本圣经-大溪地语	圣经人物与你 20 信心之父:亚伯拉罕	23:00	08:00
15:30	10:30	战争始末 14 策反成功	经上记着说 200 午夜走向黎明	耶稣说 66	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	星期四	星期五	星期六	Beijing	PST
16:00	11:00	真道时刻 799 上帝的旨意	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 进入永恒 13	健康新知 1056 陪伴孩子情绪学习	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00				01:00	10:00
17:30	12:30	耶稣说 66	耶稣说 67	真道时刻 256 他们不听	01:30	10:30
18:00	13:00	好得无比的旅程 86 疫情爆发的控制	好得无比的旅程 87 真正的冠军		经声今示-与使徒们有的系列 4 肩负伟大的使命 2	02:00
18:30	13:30	创世记一百讲 80 自由行走在上帝面前的奴隶	创世记一百讲 81 任何条件都有机会	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 进入永恒 13	02:30	11:30
19:00	14:00	真理何处寻5 达尔文与眼睛(下集)	真理何处寻6 精准的宇宙		奇妙短讲 参孙篇之二「一根驴腿骨」10	03:00
19:30	14:30	圣经人物与你 21 死里逃生的:罗得	圣经人物与你 22 优美安静的:艾萨克	拾级就主 5 献身	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 760 男性也有更年期	健康新知 761 眼险灾	安格-现代神学 6 马丁路德的神学5	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 87 真正的冠军	好得无比的旅程 85 传播希望		04:30	13:30
21:00	16:00	进入祂的圣所 49	进入祂的圣所 50	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 进入永恒 13	05:00	14:00
21:30	16:30	圣经人物与你 22 优美安静的:艾萨克	圣经人物与你 20 信心之父:亚伯拉罕		05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 798 愿祢国降临	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 进入永恒 13		语取语求 47 关于逃城	06:00
22:30	17:30			奇妙短讲 参孙篇之二「一根驴腿骨」10	06:30	15:30
23:00	18:00	耶稣说 67	耶稣说 65	拾级就主 5 献身	07:00	16:00
23:30	18:30	士师风云 47	士师风云 48	健康新知 1056 陪伴孩子情绪学习	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 85 传播希望	好得无比的旅程 86 疫情爆发的控制	圣工消息 2014第三季第3集(中) 2014第三季第3集(粵)	08:00	17:00
00:30	19:30	创世记一百讲 81 任何条件都有机会	创世记一百讲 76 人丁兴旺中隐藏的毁灭	语取语求 47 关于逃城	08:30	17:30
01:00	20:00			安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 进入永恒 13	09:00	18:00
01:30	20:30	耶稣说 65	耶稣说 66	真道时刻 256 他们不听	09:30	18:30
02:00	21:00	进入祂的圣所 50	进入祂的圣所 48		10:00	19:00
02:30	21:30	士师风云 48	士师风云 46		10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 761 眼险灾	健康新知 759 说不出的困扰尿失禁	经声今示-与使徒们有的系列 4 肩负伟大的使命 2	11:00	20:00
03:30	22:30	真理何处寻6 精准的宇宙	真理何处寻4 达尔文与眼睛(上集)	圣工消息 2014第三季第3集(中) 2014第三季第3集(粵)	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 799 上帝的旨意	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 进入永恒 13	语取语求 47 关于逃城	12:00	21:00
04:30	23:30			健康新知 1056 陪伴孩子情绪学习	12:30	21:30
05:00	00:00	进入祂的圣所 48	进入祂的圣所 49	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 进入永恒 13	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 86 疫情爆发的控制	好得无比的旅程 87 真正的冠军		13:30	22:30
06:00	01:00	耶稣说 66	耶稣说 67		语取语求 47 关于逃城	14:00
06:30	01:30	圣经人物与你 20 信心之父:亚伯拉罕	圣经人物与你 21 死里逃生的:罗得	安格-现代神学 6 马丁路德的神学5	14:30	23:30
07:00	02:00	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 进入永恒 13	真道时刻 798 愿祢国降临		奇妙短讲 参孙篇之二「一根驴腿骨」10	15:00
07:30	02:30			创世记一百讲 76 人丁兴旺中隐藏的毁灭	创世记一百讲 80 自由行走在上帝面前的奴隶	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 进入永恒 13
08:00	03:00	健康新知 759 说不出的困扰尿失禁	健康新知 760 男性也有更年期	圣工消息 2014第三季第3集(中) 2014第三季第3集(粵)	16:00	01:00
08:30	03:30			健康新知 1056 陪伴孩子情绪学习	16:30	01:30
09:00	04:00	士师风云 46	士师风云 47	圣工消息 2014第三季第3集(中) 2014第三季第3集(粵)	17:00	02:00
09:30	04:30	好得无比的旅程 87 真正的冠军	好得无比的旅程 85 传播希望	健康新知 1056 陪伴孩子情绪学习	17:30	02:30
10:00	05:00	真理何处寻4 达尔文与眼睛(上集)	真理何处寻5 达尔文与眼睛(下集)	语取语求 47 关于逃城	18:00	03:00
10:30	05:30	奇妙短讲 参孙篇之二「一根驴腿骨」10	奇妙短讲 参孙篇之二「一根驴腿骨」10	拾级就主 5 献身	18:30	03:30
11:00	06:00	真道时刻 799 上帝的旨意	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 进入永恒 13	安格-现代神学 6 马丁路德的神学5	19:00	04:00
11:30	06:30			健康新知 1056 陪伴孩子情绪学习	19:30	04:30
12:00	07:00	进入祂的圣所 49	进入祂的圣所 50	真道时刻 256 他们不听	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 760 男性也有更年期	健康新知 761 眼险灾		20:30	05:30
13:00	08:00	创世记一百讲 80 自由行走在上帝面前的奴隶	创世记一百讲 81 任何条件都有机会		经声今示-与使徒们有的系列 4 肩负伟大的使命 2	21:00
13:30	08:30			真理何处寻5 达尔文与眼睛(下集)	真理何处寻6 精准的宇宙	21:30
14:00	09:00	圣经人物与你 21 死里逃生的:罗得	圣经人物与你 22 优美安静的:艾萨克	安息日学-26年第2季 在与上帝的关系中成长 进入永恒 13	22:00	07:00
14:30	09:30	耶稣说 67	耶稣说 65		22:30	07:30
15:00	10:00	进入祂的圣所 50	进入祂的圣所 48	圣工消息 2014第三季第3集(中) 2014第三季第3集(粵)	23:00	08:00
15:30	10:30			健康新知 1056 陪伴孩子情绪学习	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	星期日	星期一	星期二	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 4 社交关系	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 5 为上帝而活	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 6 为基督受苦	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 977-978	要健康就运动 979-980	要健康就运动 981-982	01:00	10:00
17:30	12:30	蔬食go健康 713 全素豚骨麻辣拉面	蔬食go健康 714 剥皮辣椒栗子烧G	蔬食go健康 715 四川凉粉	01:30	10:30
18:00	13:00	战争始末 16 警示天下	战争始末 17 天崩地裂	经上记着说 201 爱与毁灭	02:00	11:00
18:30	13:30	译经纵横 14 大溪地语言	译经纵横 15 中法双语并排圣经	译经纵横 16 其他双语并排圣经	02:30	11:30
19:00	14:00				03:00	12:00
19:30	14:30	基督生平与教训 27 最后一组的比喻	基督生平与教训 28 论律法和诫命	基督生平与教训 29 论家庭和婚姻	03:30	12:30
20:00	15:00				04:00	13:00
20:30	15:30	基督复临安息日会史 32 第三十二讲	基督复临安息日会史 33 第三十三讲	基督复临安息日会史 34 第三十四讲	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 979-980	要健康就运动 981-982	要健康就运动 977-978	05:00	14:00
21:30	16:30	膝盖的力量 99	膝盖的力量 100	膝盖的力量 101	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 5 为上帝而活	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 6 为基督受苦	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 4 社交关系	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	蔬食go健康 714 剥皮辣椒栗子烧G	蔬食go健康 715 四川凉粉	蔬食go健康 713 全素豚骨麻辣拉面	07:00	16:00
23:30	18:30	战争始末 17 天崩地裂	战争始末 16 警示天下	经上记着说 201 爱与毁灭	07:30	16:30
00:00	19:00	基督生平与教训 28 论律法和诫命	基督生平与教训 29 论家庭和婚姻	基督生平与教训 27 最后一组的比喻	08:00	17:00
00:30	19:30				08:30	17:30
01:00	20:00	译经纵横 15 中法双语并排圣经	译经纵横 16 其他双语并排圣经	译经纵横 14 大溪地语言	09:00	18:00
01:30	20:30	基督复临安息日会史 33 第三十三讲	基督复临安息日会史 34 第三十四讲	基督复临安息日会史 32 第三十二讲	09:30	18:30
02:00	21:00				10:00	19:00
02:30	21:30	战争始末 16 警示天下	战争始末 17 天崩地裂	经上记着说 201 爱与毁灭	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 981-982	要健康就运动 977-978	要健康就运动 979-980	11:00	20:00
03:30	22:30	蔬食go健康 715 四川凉粉	蔬食go健康 713 全素豚骨麻辣拉面	蔬食go健康 714 剥皮辣椒栗子烧G	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 6 为基督受苦	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 4 社交关系	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 5 为上帝而活	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	膝盖的力量 100	膝盖的力量 101	膝盖的力量 99	13:00	22:00
05:30	00:30	基督生平与教训 29 论家庭和婚姻	基督生平与教训 27 最后一组的比喻	基督生平与教训 28 论律法和诫命	13:30	22:30
06:00	01:00				14:00	23:00
06:30	01:30	要健康就运动 977-978	要健康就运动 979-980	要健康就运动 981-982	14:30	23:30
07:00	02:00	战争始末 17 天崩地裂	战争始末 16 警示天下	经上记着说 201 爱与毁灭	15:00	00:00
07:30	02:30	译经纵横 16 其他双语并排圣经	译经纵横 14 大溪地语言	译经纵横 15 中法双语并排圣经	15:30	00:30
08:00	03:00	基督复临安息日会史 34 第三十四讲	基督复临安息日会史 32 第三十二讲	基督复临安息日会史 33 第三十三讲	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 979-980	要健康就运动 981-982	要健康就运动 977-978	17:00	02:00
09:30	04:30	蔬食go健康 713 全素豚骨麻辣拉面	蔬食go健康 714 剥皮辣椒栗子烧G	蔬食go健康 715 四川凉粉	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 4 社交关系	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 5 为上帝而活	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 6 为基督受苦	18:00	03:00
10:30	05:30				18:30	03:30
11:00	06:00	战争始末 16 警示天下	战争始末 17 天崩地裂	经上记着说 201 爱与毁灭	19:00	04:00
11:30	06:30	膝盖的力量 101	膝盖的力量 99	膝盖的力量 100	19:30	04:30
12:00	07:00	基督复临安息日会史 32 第三十二讲	基督复临安息日会史 33 第三十三讲	基督复临安息日会史 34 第三十四讲	20:00	05:00
12:30	07:30				20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 981-982	要健康就运动 977-978	要健康就运动 979-980	21:00	06:00
13:30	08:30	蔬食go健康 714 剥皮辣椒栗子烧G	蔬食go健康 715 四川凉粉	蔬食go健康 713 全素豚骨麻辣拉面	21:30	06:30
14:00	09:00	基督生平与教训 27 最后一组的比喻	基督生平与教训 28 论律法和诫命	基督生平与教训 29 论家庭和婚姻	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	译经纵横 14 大溪地语言	译经纵横 15 中法双语并排圣经	译经纵横 16 其他双语并排圣经	23:00	08:00
15:30	10:30	战争始末 17 天崩地裂	战争始末 16 警示天下	经上记着说 201 爱与毁灭	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	星期三	星期四	星期五	Beijing	PST
16:00	11:00	真道时刻 800 上帝的供给	真道时刻 801 赦免罪债	安息日学-26年第三季 哥林多前后书 保罗在哥林多的事工 1	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	耶稣说 68	耶稣说 69	耶稣说 70	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 88 阿默高的承诺	好得无比的旅程 89 怎样有成功的一生 智商与情商	好得无比的旅程 90 钱会说话	01:30	10:30
18:00	13:00	创世记一百讲 82 一个人一生六个梦	创世记一百讲 83 框架内的人, 框架外的上帝	创世记一百讲 84 不要让罪人变成罪人	02:00	11:00
18:30	13:30				02:30	11:30
19:00	14:00	真理何处寻7 伟大的时间问题	真理何处寻8 化石记录与创造(一)	真理何处寻9 化石记录与创造(二)	03:00	12:00
19:30	14:30	圣经人物与你 23 贪恋世俗的:以扫	经声今示 1 圣经中的世界观1	经声今示 2 圣经中的世界观2	03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 762 长针眼怎么办	健康新知 763 步步稳健好膝力	健康新知 764 人工膝关节置换术	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 89 怎样有成功的一生 智商与情商	好得无比的旅程 90 钱会说话	好得无比的旅程 88 阿默高的承诺	04:30	13:30
21:00	16:00	进入祂的圣所 51	进入祂的圣所 52	进入祂的圣所 53	05:00	14:00
21:30	16:30	圣经人物与你 23 贪恋世俗的:以扫	经声今示 2 圣经中的世界观2	经声今示 1 圣经中的世界观1	05:30	14:30
22:00	17:00	真道时刻 801 赦免罪债	真道时刻 800 上帝的供给	安息日学-26年第三季 哥林多前后书 保罗在哥林多的事工 1	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	耶稣说 69	耶稣说 70	耶稣说 68	07:00	16:00
23:30	18:30	士师风云 49	士师风云 50	士师风云 51	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 90 钱会说话	好得无比的旅程 88 阿默高的承诺	好得无比的旅程 89 怎样有成功的一生 智商与情商	08:00	17:00
00:30	19:30	创世记一百讲 83 框架内的人, 框架外的上帝	创世记一百讲 84 不要让罪人变成罪人	创世记一百讲 82 一个人一生六个梦	08:30	17:30
01:00	20:00				09:00	18:00
01:30	20:30	耶稣说 70	耶稣说 68	耶稣说 69	09:30	18:30
02:00	21:00	进入祂的圣所 52	进入祂的圣所 53	进入祂的圣所 51	10:00	19:00
02:30	21:30	士师风云 50	士师风云 51	士师风云 49	10:30	19:30
03:00	22:00	健康新知 763 步步稳健好膝力	健康新知 764 人工膝关节置换术	健康新知 762 长针眼怎么办	11:00	20:00
03:30	22:30	真理何处寻8 化石记录与创造(一)	真理何处寻9 化石记录与创造(二)	真理何处寻7 伟大的时间问题	11:30	20:30
04:00	23:00	真道时刻 800 上帝的供给	真道时刻 801 赦免罪债	安息日学-26年第三季 哥林多前后书 保罗在哥林多的事工 1	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	进入祂的圣所 53	进入祂的圣所 51	进入祂的圣所 52	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 88 阿默高的承诺	好得无比的旅程 89 怎样有成功的一生 智商与情商	好得无比的旅程 90 钱会说话	13:30	22:30
06:00	01:00	耶稣说 68	耶稣说 69	耶稣说 70	14:00	23:00
06:30	01:30	圣经人物与你 23 贪恋世俗的:以扫	经声今示 1 圣经中的世界观1	经声今示 2 圣经中的世界观2	14:30	23:30
07:00	02:00	真道时刻 801 赦免罪债	安息日学-26年第三季 哥林多前后书 保罗在哥林多的事工 1	真道时刻 800 上帝的供给	15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	创世记一百讲 84 不要让罪人变成罪人	创世记一百讲 82 一个人一生六个梦	创世记一百讲 83 框架内的人, 框架外的上帝	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 764 人工膝关节置换术	健康新知 762 长针眼怎么办	健康新知 763 步步稳健好膝力	17:00	02:00
09:30	04:30	士师风云 51	士师风云 49	士师风云 50	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 89 怎样有成功的一生 智商与情商	好得无比的旅程 90 钱会说话	好得无比的旅程 88 阿默高的承诺	18:00	03:00
10:30	05:30	真理何处寻9 化石记录与创造(二)	真理何处寻7 伟大的时间问题	真理何处寻8 化石记录与创造(一)	18:30	03:30
11:00	06:00	真道时刻 800 上帝的供给	真道时刻 801 赦免罪债	安息日学-26年第三季 哥林多前后书 保罗在哥林多的事工 1	19:00	04:00
11:30	06:30				19:30	04:30
12:00	07:00	进入祂的圣所 51	进入祂的圣所 52	进入祂的圣所 53	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 762 长针眼怎么办	健康新知 763 步步稳健好膝力	健康新知 764 人工膝关节置换术	20:30	05:30
13:00	08:00	创世记一百讲 82 一个人一生六个梦	创世记一百讲 83 框架内的人, 框架外的上帝	创世记一百讲 84 不要让罪人变成罪人	21:00	06:00
13:30	08:30				21:30	06:30
14:00	09:00	真理何处寻7 伟大的时间问题	真理何处寻8 化石记录与创造(一)	真理何处寻9 化石记录与创造(二)	22:00	07:00
14:30	09:30	圣经人物与你 23 贪恋世俗的:以扫	经声今示 2 圣经中的世界观2	经声今示 1 圣经中的世界观1	22:30	07:30
15:00	10:00	耶稣说 69	耶稣说 70	耶稣说 68	23:00	08:00
15:30	10:30	进入祂的圣所 52	进入祂的圣所 53	进入祂的圣所 51	23:30	08:30

格林威治	北京	6月27日	6月28日	6月29日	时间	美国
GMT	BSJ	星期六	星期日	星期一	Beijing	PST
16:00	11:00	健康新知 1057 用营养改善胃食道逆流	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 7 服事人的领导模式	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 8 彼得书信中的耶稣	00:00	09:00
16:30	11:30	真理时刻 257 法老追击	要健康就运动 983-984	要健康就运动 985-986	00:30	09:30
17:00	12:00				01:00	10:00
17:30	12:30	经声今示-与使徒们有约系列 5 肩负伟大的使命 3	蔬食go健康 716 素食水晶饺	蔬食go健康 717 抹茶粉糕	01:30	10:30
18:00	13:00	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 保罗在哥林多的事工 1	战争始末 18 余惊渐消	战争始末 19 单兵训练	02:00	11:00
18:30	13:30		译经纵横 17 新广东话圣经译本	译经纵横 18 超越完成的圣经-柬埔寨语	02:30	11:30
19:00	14:00	奇妙短讲 参孙篇之二「渠溃蚊孔」11	基督生平与教训 30 论钱财	基督生平与教训 31 论政权和教权	03:00	12:00
19:30	14:30	拾级就主 6 信心及接受			03:30	12:30
20:00	15:00	安格-现代神学 7 慈运理和盖兰顿的神学1	基督复临安息日会史 35 第三十五讲	基督复临安息日会史 36 第三十六讲	04:00	13:00
20:30	15:30				04:30	13:30
21:00	16:00	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 保罗在哥林多的事工 1	要健康就运动 985-986	要健康就运动 987-988	05:00	14:00
21:30	16:30		膝盖的力量 102	膝盖的力量 103	05:30	14:30
22:00	17:00	语取请求 48 关于巴兰	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 8 彼得书信中的耶稣	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 9 活出你们所蒙的恩召	06:00	15:00
22:30	17:30	奇妙短讲 参孙篇之二「渠溃蚊孔」11			06:30	15:30
23:00	18:00	拾级就主 6 信心及接受	蔬食go健康 717 抹茶粉糕	蔬食go健康 718 蜂蜜菠萝可康	07:00	16:00
23:30	18:30	健康新知 1057 用营养改善胃食道逆流	战争始末 19 单兵训练	战争始末 18 余惊渐消	07:30	16:30
00:00	19:00	圣工消息 2014第四季第1集(中) 2014第四季第1集(粵)	基督生平与教训 31 论政权和教权	基督生平与教训 32 论祈祷	08:00	17:00
00:30	19:30	语取请求 48 关于巴兰			08:30	17:30
01:00	20:00	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 保罗在哥林多的事工 1	译经纵横 18 超越完成的圣经-柬埔寨语	译经纵横 19 泰国少数民族的圣经翻译	09:00	18:00
01:30	20:30		基督复临安息日会史 36 第三十六讲	基督复临安息日会史 37 第三十七讲	09:30	18:30
02:00	21:00	真理时刻 257 法老追击	战争始末 18 余惊渐消	战争始末 19 单兵训练	10:00	19:00
02:30	21:30				10:30	19:30
03:00	22:00	经声今示-与使徒们有约系列 5 肩负伟大的使命 3	要健康就运动 987-988	要健康就运动 983-984	11:00	20:00
03:30	22:30	圣工消息 2014第四季第1集(中) 2014第四季第1集(粵)	蔬食go健康 718 蜂蜜菠萝可康	蔬食go健康 716 素食水晶饺	11:30	20:30
04:00	23:00	语取请求 48 关于巴兰	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 9 活出你们所蒙的恩召	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 7 服事人的领导模式	12:00	21:00
04:30	23:30	健康新知 1057 用营养改善胃食道逆流	膝盖的力量 103	膝盖的力量 104	12:30	21:30
05:00	00:00	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 保罗在哥林多的事工 1	基督生平与教训 32 论祈祷	基督生平与教训 30 论钱财	13:00	22:00
05:30	00:30	语取请求 48 关于巴兰			13:30	22:30
06:00	01:00		要健康就运动 983-984	要健康就运动 985-986	14:00	23:00
06:30	01:30	安格-现代神学 7 慈运理和盖兰顿的神学1	战争始末 19 单兵训练	战争始末 18 余惊渐消	14:30	23:30
07:00	02:00		译经纵横 19 泰国少数民族的圣经翻译	译经纵横 17 新广东话圣经译本	15:00	00:00
07:30	02:30	奇妙短讲 参孙篇之二「渠溃蚊孔」11	基督复临安息日会史 37 第三十七讲	基督复临安息日会史 35 第三十五讲	15:30	00:30
08:00	03:00	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 保罗在哥林多的事工 1	要健康就运动 985-986	要健康就运动 987-988	16:00	01:00
08:30	03:30		蔬食go健康 716 素食水晶饺	蔬食go健康 717 抹茶粉糕	16:30	01:30
09:00	04:00	圣工消息 2014第四季第1集(中) 2014第四季第1集(粵)	要健康就运动 985-986	要健康就运动 987-988	17:00	02:00
09:30	04:30	健康新知 1057 用营养改善胃食道逆流	基督生平与教训 30 论钱财	基督生平与教训 31 论政权和教权	17:30	02:30
10:00	05:00	语取请求 48 关于巴兰	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 7 服事人的领导模式	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 8 彼得书信中的耶稣	18:00	03:00
10:30	05:30	奇妙短讲 参孙篇之二「渠溃蚊孔」11			18:30	03:30
11:00	06:00	安格-现代神学 7 慈运理和盖兰顿的神学1	战争始末 18 余惊渐消	战争始末 19 单兵训练	19:00	04:00
11:30	06:30		膝盖的力量 104	膝盖的力量 102	19:30	04:30
12:00	07:00	拾级就主 6 信心及接受	基督复临安息日会史 35 第三十五讲	基督复临安息日会史 36 第三十六讲	20:00	05:00
12:30	07:30	真理时刻 257 法老追击	要健康就运动 987-988	要健康就运动 983-984	20:30	05:30
13:00	08:00				21:00	06:00
13:30	08:30	经声今示-与使徒们有约系列 5 肩负伟大的使命 3	蔬食go健康 717 抹茶粉糕	蔬食go健康 718 蜂蜜菠萝可康	21:30	06:30
14:00	09:00	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 保罗在哥林多的事工 1	基督生平与教训 30 论钱财	基督生平与教训 31 论政权和教权	22:00	07:00
14:30	09:30				22:30	07:30
15:00	10:00	圣工消息 2014第四季第1集(中) 2014第四季第1集(粵)	译经纵横 17 新广东话圣经译本	译经纵横 18 超越完成的圣经-柬埔寨语	23:00	08:00
15:30	10:30	健康新知 1057 用营养改善胃食道逆流	战争始末 19 单兵训练	战争始末 18 余惊渐消	23:30	08:30

格林威治	美东	6月30日 星期二	7月1日 星期三	7月2日 星期四	时间	美西
GMT	BST				Beijing	PST
16:00	11:00	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 9 活出你们所蒙的恩召	真道时刻 802 救我们脱离试探	真道时刻 803 关于素食的问题	00:00	09:00
16:30	11:30				00:30	09:30
17:00	12:00	要健康就运动 987-988	耶稣说 71	耶稣说 72	01:00	10:00
17:30	12:30	素食go健康 718 蜂蜜菠萝可康	好得无比的旅程 91 巴巴洛萨一役的战败	好得无比的旅程 92 罗塞塔石刻之谜	01:30	10:30
18:00	13:00	经上记着说 202 医疗保健危机的解决之道	创世记一百讲 85 要让恩典成为恩典	创世记一百讲 86 危险的机会	02:00	11:00
18:30	13:30	译经纵横 19 泰国少数民族的圣经翻译			02:30	11:30
19:00	14:00	基督生平与教训 32 论祈祷	真理何处寻10 化石记录与创造(三)	真理何处寻11 创世记的大洪水(一)	03:00	12:00
19:30	14:30		经声今示 3 圣经中的世界观3	经声今示 4 圣经中的世界观4	03:30	12:30
20:00	15:00	基督复临安息日会史 37 第三十七讲	健康新知 765 上班族疾病	健康新知 766 心血管疾病跟肥胖	04:00	13:00
20:30	15:30		好得无比的旅程 92 罗塞塔石刻之谜	好得无比的旅程 93 死海古卷	04:30	13:30
21:00	16:00	要健康就运动 983-984	进入祂的圣所 54	进入祂的圣所 55	05:00	14:00
21:30	16:30	膝盖的力量 104	经声今示 4 圣经中的世界观4	经声今示 5 圣经中的世界观5	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 7 服事人的领导模式	真道时刻 803 关于素食的问题	真道时刻 802 救我们脱离试探	06:00	15:00
22:30	17:30				06:30	15:30
23:00	18:00	素食go健康 716 素食水晶饺	耶稣说 72	耶稣说 73	07:00	16:00
23:30	18:30	经上记着说 202 医疗保健危机的解决之道	士荆风云 52	士荆风云 53	07:30	16:30
00:00	19:00	基督生平与教训 30 论钱财	好得无比的旅程 93 死海古卷	好得无比的旅程 91 巴巴洛萨一役的战败	08:00	17:00
00:30	19:30		创世记一百讲 86 危险的机会	创世记一百讲 87 向加普者宣布恩典吧	08:30	17:30
01:00	20:00	译经纵横 17 新广东话圣经译本			09:00	18:00
01:30	20:30	基督复临安息日会史 35 第三十五讲	耶稣说 73	耶稣说 71	09:30	18:30
02:00	21:00		进入祂的圣所 55	进入祂的圣所 56	10:00	19:00
02:30	21:30	经上记着说 202 医疗保健危机的解决之道	士荆风云 53	士荆风云 54	10:30	19:30
03:00	22:00	要健康就运动 985-986	健康新知 766 心血管疾病跟肥胖	健康新知 767 食道癌	11:00	20:00
03:30	22:30	素食go健康 717 抹茶粉糕	真理何处寻11 创世记的大洪水(一)	真理何处寻12 创世记的大洪水(二)	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 8 彼得书信中的耶稣	真道时刻 802 救我们脱离试探	真道时刻 803 关于素食的问题	12:00	21:00
04:30	23:30				12:30	21:30
05:00	00:00	膝盖的力量 102	进入祂的圣所 56	进入祂的圣所 54	13:00	22:00
05:30	00:30	基督生平与教训 31 论政权和教职	好得无比的旅程 91 巴巴洛萨一役的战败	好得无比的旅程 92 罗塞塔石刻之谜	13:30	22:30
06:00	01:00	要健康就运动 987-988	耶稣说 71	耶稣说 72	14:00	23:00
06:30	01:30	经上记着说 202 医疗保健危机的解决之道	经声今示 5 圣经中的世界观5	经声今示 3 圣经中的世界观3	14:30	23:30
07:00	02:00	译经纵横 18 超速完成的圣经-柬埔寨语	真道时刻 803 关于素食的问题	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 十字架的道理 2	15:00	00:00
07:30	02:30				15:30	00:30
08:00	03:00	基督复临安息日会史 36 第三十六讲	创世记一百讲 87 向加普者宣布恩典吧	创世记一百讲 85 要让恩典成为恩典	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	要健康就运动 983-984	健康新知 767 食道癌	健康新知 765 上班族疾病	17:00	02:00
09:30	04:30	素食go健康 718 蜂蜜菠萝可康	士荆风云 54	士荆风云 52	17:30	02:30
10:00	05:00	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 9 活出你们所蒙的恩召	好得无比的旅程 92 罗塞塔石刻之谜	好得无比的旅程 93 死海古卷	18:00	03:00
10:30	05:30		真理何处寻12 创世记的大洪水(二)	真理何处寻10 化石记录与创造(三)	18:30	03:30
11:00	06:00	经上记着说 202 医疗保健危机的解决之道	真道时刻 802 救我们脱离试探	真道时刻 803 关于素食的问题	19:00	04:00
11:30	06:30	膝盖的力量 103			19:30	04:30
12:00	07:00	基督复临安息日会史 37 第三十七讲	进入祂的圣所 54	进入祂的圣所 55	20:00	05:00
12:30	07:30		健康新知 765 上班族疾病	健康新知 766 心血管疾病跟肥胖	20:30	05:30
13:00	08:00	要健康就运动 985-986	创世记一百讲 85 要让恩典成为恩典	创世记一百讲 86 危险的机会	21:00	06:00
13:30	08:30	素食go健康 716 素食水晶饺			21:30	06:30
14:00	09:00	基督生平与教训 32 论祈祷	真理何处寻10 化石记录与创造(三)	真理何处寻11 创世记的大洪水(一)	22:00	07:00
14:30	09:30		经声今示 3 圣经中的世界观3	经声今示 4 圣经中的世界观4	22:30	07:30
15:00	10:00	译经纵横 19 泰国少数民族的圣经翻译	耶稣说 72	耶稣说 73	23:00	08:00
15:30	10:30	经上记着说 202 医疗保健危机的解决之道	进入祂的圣所 55	进入祂的圣所 56	23:30	08:30

格林威治	北京	7月3日	7月4日	7月5日	时间	美国
GMT	BSJ	星期五	星期六	星期日	Beijing	PST
16:00	11:00	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 十字架的道理 2	健康新知 1058 健康版间歇性断食	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 10 预言与圣经	00:00	09:00
16:30	11:30		真道时刻 258 上帝伸手		00:30	09:30
17:00	12:00		耶稣说 73	要健康就运动 989-990	01:00	10:00
17:30	12:30	好得无比的旅程 93 死海古卷	经声今示-与使徒们有的系列 6 曾当渔夫的彼得 1	素食go健康 719 浓郁巧克力玛德莲	01:30	10:30
18:00	13:00	创世记一百讲 87 向加撒者宣布恩典吧	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 十字架的道理 2	战争始末 20 千里姻缘	02:00	11:00
18:30	13:30			译经纵横 20 另类纪念的流通钱币	02:30	11:30
19:00	14:00	真理何处寻12 创世记的大洪水(二)	奇妙短讲 死亡异象 12	基督生平与教训 33 论神迹	03:00	12:00
19:30	14:30	经声今示 5 圣经中的世界观5	拾级就主 7 基督的标准(当门徒的考验)		03:30	12:30
20:00	15:00	健康新知 767 食道癌	安格-现代神学 8 慈运理和墨兰顿的神学2	基督复临安息日会史 38 第三十八讲	04:00	13:00
20:30	15:30	好得无比的旅程 91 巴巴洛摩一役的战败			04:30	13:30
21:00	16:00	进入祂的圣所 56	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 十字架的道理 2	要健康就运动 991-992	05:00	14:00
21:30	16:30	经声今示 3 圣经中的世界观3		膝盖的力量 105	05:30	14:30
22:00	17:00	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 十字架的道理 2	语取语求 49 火蛇与铜蛇	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 11 彼得传	06:00	15:00
22:30	17:30		奇妙短讲 死亡异象 12		06:30	15:30
23:00	18:00	耶稣说 71	拾级就主 7 基督的标准(当门徒的考验)	素食go健康 720 诺曼底可丽饼	07:00	16:00
23:30	18:30	士师风云 54	健康新知 1058 健康版间歇性断食	战争始末 21 两国相争	07:30	16:30
00:00	19:00	好得无比的旅程 92 罗塞塔石刻之谜	圣工消息 2014第四季第2集(中) 2014第四季第2集(粤)	基督生平与教训 34 论安息日	08:00	17:00
00:30	19:30		语取语求 49 火蛇与铜蛇		08:30	17:30
01:00	20:00	创世记一百讲 85 要让恩典成为恩典	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 十字架的道理 2	译经纵横 21 圣经中的蜂蜜与麦饼的赏赐	09:00	18:00
01:30	20:30	耶稣说 72		基督复临安息日会史 39 第三十九讲	09:30	18:30
02:00	21:00	进入祂的圣所 54	真道时刻 258 上帝伸手	战争始末 20 千里姻缘	10:00	19:00
02:30	21:30	士师风云 52		10:30	19:30	
03:00	22:00	健康新知 765 上班族疾病	经声今示-与使徒们有的系列 6 曾当渔夫的彼得 1	要健康就运动 993-994	11:00	20:00
03:30	22:30	真理何处寻10 化石记录与创世(三)	圣工消息 2014第四季第2集(中) 2014第四季第2集(粤)	素食go健康 721 时蔬海苔卷	11:30	20:30
04:00	23:00	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 十字架的道理 2	语取语求 49 火蛇与铜蛇	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 12 主的日子	12:00	21:00
04:30	23:30		健康新知 1058 健康版间歇性断食		12:30	21:30
05:00	00:00	进入祂的圣所 55	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 十字架的道理 2	膝盖的力量 106	13:00	22:00
05:30	00:30	好得无比的旅程 93 死海古卷		基督生平与教训 33 论神迹	13:30	22:30
06:00	01:00	耶稣说 73	语取语求 49 火蛇与铜蛇	要健康就运动 989-990	14:00	23:00
06:30	01:30	经声今示 4 圣经中的世界观4	安格-现代神学 8 慈运理和墨兰顿的神学2		14:30	23:30
07:00	02:00	真道时刻 802 教我们脱离试探	奇妙短讲 死亡异象 12	战争始末 21 两国相争	15:00	00:00
07:30	02:30			译经纵横 22 和修本圣经的完成过程	15:30	00:30
08:00	03:00	创世记一百讲 86 危险的机会	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 十字架的道理 2	基督复临安息日会史 40 第四十讲	16:00	01:00
08:30	03:30				16:30	01:30
09:00	04:00	健康新知 766 心血管疾病预防肥胖	圣工消息 2014第四季第2集(中) 2014第四季第2集(粤)	要健康就运动 991-992	17:00	02:00
09:30	04:30	士师风云 53	健康新知 1058 健康版间歇性断食	素食go健康 719 浓郁巧克力玛德莲	17:30	02:30
10:00	05:00	好得无比的旅程 91 巴巴洛摩一役的战败	语取语求 49 火蛇与铜蛇	安息日学-17年第2季 喂养我的羊：彼得前书及后书 10 预言与圣经	18:00	03:00
10:30	05:30		奇妙短讲 死亡异象 12		18:30	03:30
11:00	06:00	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 十字架的道理 2	安格-现代神学 8 慈运理和墨兰顿的神学2	战争始末 20 千里姻缘	19:00	04:00
11:30	06:30			膝盖的力量 107	19:30	04:30
12:00	07:00	进入祂的圣所 56	拾级就主 7 基督的标准(当门徒的考验)	基督复临安息日会史 38 第三十八讲	20:00	05:00
12:30	07:30	健康新知 767 食道癌	真道时刻 258 上帝伸手		20:30	05:30
13:00	08:00	创世记一百讲 87 向加撒者宣布恩典吧	经声今示-与使徒们有的系列 6 曾当渔夫的彼得 1	要健康就运动 993-994	21:00	06:00
13:30	08:30			素食go健康 720 诺曼底可丽饼	21:30	06:30
14:00	09:00	真理何处寻12 创世记的大洪水(二)	安息日学-26年第3季 哥林多前后书 十字架的道理 2	基督生平与教训 34 论安息日	22:00	07:00
14:30	09:30	经声今示 5 圣经中的世界观5		22:30	07:30	
15:00	10:00	耶稣说 71	圣工消息 2014第四季第2集(中) 2014第四季第2集(粤)	译经纵横 20 另类纪念的流通钱币	23:00	08:00
15:30	10:30	进入祂的圣所 54	健康新知 1058 健康版间歇性断食	战争始末 21 两国相争	23:30	08:30