

TIME ZONE CONVERSION CHART

UTC	Diff	00	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
AST	-4	8P*	9P*	10P*	11P*	12M	1A	2A	3A	4A	5A	6A	7A	8A	9A	10A	11A	12N	1P	2P	3P	4P	5P	6P	7P
EST	-5	7P*	8p*	9p*	10p*	11p*	12M	1A	2A	3A	4A	5A	6A	7A	8A	9A	10A	11A	12N	1P	2P	3P	4P	5P	6P
CST	-6	6P*	7P*	8P*	9P*	10P*	11P*	12M	1A	2A	3A	4A	5A	6A	7A	8A	9A	10A	11A	12N	1P	2P	3P	4P	5P
MST	-7	5P*	6P*	7P*	8P*	9P*	10P*	11P*	12M	1A	2A	3A	4A	5A	6A	7A	8A	9A	10A	11A	12N	1P	2P	3P	4P
PST	-8	4P*	5P*	6P*	7P*	8P*	9P*	10P*	11P*	12M	1A	2A	3A	4A	5A	6A	7A	8A	9A	10A	11A	12N	1P	2P	3P
AK	-9	3P*	4P*	5P*	6P*	7P*	8P*	9P*	10P*	11P*	12M	1A	2A	3A	4A	5A	6A	7A	8A	9A	10A	11A	12N	1P	2P
HI	-10	2P*	3P*	4P*	5P*	6P*	7P*	8P*	9P*	10P*	11P*	12M	1A	2A	3A	4A	5A	6A	7A	8A	9A	10A	11A	12N	1P
Guam	+10	10A	11A	12N	1P	2P	3P	4P	5P	6P	7P	8P	9P	10P	11P	12M	1A%	2A%	3A%	4A%	5A%	6A%	7A%	8A%	9A%

Notes: AST - Atlantic Time, AK - Alaska Time, HI - Hawaii Time, * - The previous day, % - The next day