

# Tutoriales

## ➔ AJUSTAR ZONA HORARIA GTM

Para configurar el horario u hora del foro correctamente debemos hacer los siguientes pasos:



Entrar en el panel de administración



Dentro de la categoría configuración general pulsar configuración



En zona horario seleccionamos la zona horaria general que queremos que tenga el foro buscando en la siguiente tabla la correspondencia GTM. A partir de guardar esta configuración la fecha global del foro se configurara con el horario elegido, todos los usuarios no logueados o que se registren nuevos tendrán este horario. Para los ya registrados como puede ser el administrador, debe configurar el horario GTM también en su perfil de usuario pulsando el perfil y seleccionándolo en ZONA horaria.

### Europe/Madrid (GMT +02:00) Europe/Madrid

#### TABLA HORARIA GTM

Pacific/Apia (GMT -11:00)	Pacific/Apia
Pacific/Midway (GMT -11:00)	Pacific/Midway
Pacific/Niue (GMT -11:00)	Pacific/Niue
Pacific/Pago_Pago (GMT -11:00)	Pacific/Pago_Pago
Pacific/Fakaofu (GMT -10:00)	Pacific/Fakaofu
Pacific/Honolulu (GMT -10:00)	Pacific/Honolulu
Pacific/Johnston (GMT -10:00)	Pacific/Johnston
Pacific/Rarotonga (GMT -10:00)	Pacific/Rarotonga
Pacific/Tahiti (GMT -10:00)	Pacific/Tahiti
Pacific/Marquesas (GMT -09:30)	Pacific/Marquesas
America/Adak (GMT -09:00)	America/Adak
Pacific/Gambier (GMT -09:00)	Pacific/Gambier
America/Anchorage (GMT -08:00)	America/Anchorage
America/Juneau (GMT -08:00)	America/Juneau
America/Nome (GMT -08:00)	America/Nome
America/Yakutat (GMT -08:00)	America/Yakutat
PST8PDT (GMT -08:00)	PST/PDT
Pacific/Pitcairn (GMT -08:00)	Pacific/Pitcairn
America/Dawson (GMT -07:00)	America/Dawson
America/Dawson_Creek (GMT -07:00)	America/Dawson_Creek
America/Hermosillo (GMT -07:00)	America/Hermosillo
America/Los_Angeles (GMT -07:00)	America/Los_Angeles
America/Phoenix (GMT -07:00)	America/Phoenix
America/Tijuana (GMT -07:00)	America/Tijuana
America/Vancouver (GMT -07:00)	America/Vancouver
America/Whitehorse (GMT -07:00)	America/Whitehorse
MST (GMT -07:00)	MST
MST7MDT (GMT -07:00)	MST/MDT
America/Belize (GMT -06:00)	America/Belize
America/Boise (GMT -06:00)	America/Boise
America/Cambridge_Bay (GMT -06:00)	America/Cambridge_Bay
America/Chihuahua (GMT -06:00)	America/Chihuahua
America/Costa_Rica (GMT -06:00)	America/Costa_Rica
America/Denver (GMT -06:00)	America/Denver
America/Edmonton (GMT -06:00)	America/Edmonton
America/El_Salvador (GMT -06:00)	America/El_Salvador
America/Guatemala (GMT -06:00)	America/Guatemala

## Tutoriales

America/Inuvik (GMT -06:00) America/Inuvik  
 America/Managua (GMT -06:00) America/Managua  
 America/Mazatlan (GMT -06:00) America/Mazatlan  
 America/Regina (GMT -06:00) America/Regina  
 America/Shiprock (GMT -06:00) America/Shiprock  
  
 America/Swift\_Current (GMT -06:00) America/Swift\_Current  
 America/Tegucigalpa (GMT -06:00) America/Tegucigalpa  
 America/Yellowknife (GMT -06:00) America/Yellowknife  
 CST6CDT (GMT -06:00) CST/CDT  
 Pacific/Easter (GMT -06:00) Pacific/Easter  
 Pacific/Galapagos (GMT -06:00) Pacific/Galapagos  
  
 America/Bogota (GMT -05:00) America/Bogota  
 America/Cancun (GMT -05:00) America/Cancun  
 America/Cayman (GMT -05:00) America/Cayman  
 America/Chicago (GMT -05:00) America/Chicago  
 America/Eirunepe (GMT -05:00) America/Eirunepe  
 America/Guayaquil (GMT -05:00) America/Guayaquil  
  
 America/Indiana/Knox (GMT -05:00) America/Indiana/Knox  
 America/Indiana/Marengo (GMT -05:00) America/Indiana/Marengo  
 America/Indiana/Vevay (GMT -05:00) America/Indiana/Vevay  
 America/Indianapolis (GMT -05:00) America/Indianapolis  
 America/Jamaica (GMT -05:00) America/Jamaica  
 America/Lima (GMT -05:00) America/Lima  
  
 America/Menominee (GMT -05:00) America/Menominee  
 America/Merida (GMT -05:00) America/Merida  
 America/Mexico\_City (GMT -05:00) America/Mexico\_City  
 America/Monterrey (GMT -05:00) America/Monterrey  
 America/North\_Dakota/Center (GMT -05:00) America/North\_Dakota/Center  
 America/Panama (GMT -05:00) America/Panama  
  
 America/Port-au-Prince (GMT -05:00) America/Port-au-Prince  
 America/Rainy\_River (GMT -05:00) America/Rainy\_River  
 America/Rankin\_Inlet (GMT -05:00) America/Rankin\_Inlet  
 America/Rio\_Branco (GMT -05:00) America/Rio\_Branco  
 America/Winnipeg (GMT -05:00) America/Winnipeg  
 EST (GMT -05:00) EST  
  
 EST5EDT (GMT -05:00) EST/EDT  
 AST (GMT -04:00) AST  
 America/Anguilla (GMT -04:00) America/Anguilla  
 America/Antigua (GMT -04:00) America/Antigua  
 America/Aruba (GMT -04:00) America/Aruba  
 America/Asuncion (GMT -04:00) America/Asuncion  
  
 America/Barbados (GMT -04:00) America/Barbados  
 America/Boa\_Vista (GMT -04:00) America/Boa\_Vista  
 America/Campo\_Grande (GMT -04:00) America/Campo\_Grande  
 America/Caracas (GMT -04:00) America/Caracas  
 America/Cuiaba (GMT -04:00) America/Cuiaba  
 America/Curacao (GMT -04:00) America/Curacao  
  
 America/Detroit (GMT -04:00) America/Detroit  
 America/Dominica (GMT -04:00) America/Dominica  
 America/Grand\_Turk (GMT -04:00) America/Grand\_Turk  
 America/Grenada (GMT -04:00) America/Grenada  
 America/Guadeloupe (GMT -04:00) America/Guadeloupe  
 America/Guyana (GMT -04:00) America/Guyana

## Tutoriales

America/Havana (GMT -04:00) America/Havana  
 America/Iqaluit (GMT -04:00) America/Iqaluit  
 America/Kentucky/Monticello (GMT -04:00) America/Kentucky/Monticello  
 America/La\_Paz (GMT -04:00) America/La\_Paz  
 America/Louisville (GMT -04:00) America/Louisville  
 America/Manaus (GMT -04:00) America/Manaus

America/Martinique (GMT -04:00) America/Martinique  
 America/Montreal (GMT -04:00) America/Montreal  
 America/Montserrat (GMT -04:00) America/Montserrat  
 America/Nassau (GMT -04:00) America/Nassau  
 America/New\_York (GMT -04:00) America/New\_York  
 America/Nipigon (GMT -04:00) America/Nipigon

America/Pangnirtung (GMT -04:00) America/Pangnirtung  
 America/Port\_of\_Spain (GMT -04:00) America/Port\_of\_Spain  
 America/Porto\_Velho (GMT -04:00) America/Porto\_Velho  
 America/Puerto\_Rico (GMT -04:00) America/Puerto\_Rico  
 America/Santiago (GMT -04:00) America/Santiago  
 America/Santo\_Domingo (GMT -04:00) America/Santo\_Domingo

America/St\_Kitts (GMT -04:00) America/St\_Kitts  
 America/St\_Lucia (GMT -04:00) America/St\_Lucia  
 America/St\_Thomas (GMT -04:00) America/St\_Thomas  
 America/St\_Vincent (GMT -04:00) America/St\_Vincent  
 America/Thunder\_Bay (GMT -04:00) America/Thunder\_Bay  
 America/Toronto (GMT -04:00) America/Toronto

America/Tortola (GMT -04:00) America/Tortola  
 Antarctica/Palmer (GMT -04:00) Antarctica/Palmer  
 Atlantic/Stanley (GMT -04:00) Atlantic/Stanley  
 America/Araguaina (GMT -03:00) America/Araguaina  
 America/Argentina/Buenos\_Aires (GMT -03:00) America/Argentina/Buenos\_Aires  
 America/Argentina/Catamarca (GMT -03:00) America/Argentina/Catamarca

America/Argentina/ComodRivadavia (GMT -03:00) America/Argentina/ComodRivadavia  
 America/Argentina/Cordoba (GMT -03:00) America/Argentina/Cordoba  
 America/Argentina/Jujuy (GMT -03:00) America/Argentina/Jujuy  
 America/Argentina/La\_Rioja (GMT -03:00) America/Argentina/La\_Rioja  
 America/Argentina/Mendoza (GMT -03:00) America/Argentina/Mendoza  
 America/Argentina/Rio\_Gallegos (GMT -03:00) America/Argentina/Rio\_Gallegos

America/Argentina/San\_Juan (GMT -03:00) America/Argentina/San\_Juan  
 America/Argentina/Tucuman (GMT -03:00) America/Argentina/Tucuman  
 America/Argentina/Ushuaia (GMT -03:00) America/Argentina/Ushuaia  
 America/Bahia (GMT -03:00) America/Bahia  
 America/Belem (GMT -03:00) America/Belem  
 America/Cayenne (GMT -03:00) America/Cayenne

America/Fortaleza (GMT -03:00) America/Fortaleza  
 America/Glace\_Bay (GMT -03:00) America/Glace\_Bay  
 America/Goose\_Bay (GMT -03:00) America/Goose\_Bay  
 America/Halifax (GMT -03:00) America/Halifax  
 America/Maceio (GMT -03:00) America/Maceio  
 America/Montevideo (GMT -03:00) America/Montevideo

America/Paramaribo (GMT -03:00) America/Paramaribo  
 America/Recife (GMT -03:00) America/Recife  
 America/Sao\_Paulo (GMT -03:00) America/Sao\_Paulo  
 America/Thule (GMT -03:00) America/Thule

## Tutoriales

Antarctica/Rothera (GMT -03:00) Antarctica/Rothera  
 Atlantic/Bermuda (GMT -03:00) Atlantic/Bermuda

America/St\_Johns (GMT -02:30) America/St\_Johns  
 America/Godthab (GMT -02:00) America/Godthab  
 America/Miquelon (GMT -02:00) America/Miquelon  
 America/Noronha (GMT -02:00) America/Noronha  
 Atlantic/South\_Georgia (GMT -02:00) Atlantic/South\_Georgia  
 Atlantic/Cape\_Verde (GMT -01:00) Atlantic/Cape\_Verde

Africa/Abidjan (GMT +00:00) Africa/Abidjan  
 Africa/Accra (GMT +00:00) Africa/Accra  
 Africa/Bamako (GMT +00:00) Africa/Bamako  
 Africa/Banjul (GMT +00:00) Africa/Banjul  
 Africa/Bissau (GMT +00:00) Africa/Bissau  
 Africa/Casablanca (GMT +00:00) Africa/Casablanca

Africa/Conakry (GMT +00:00) Africa/Conakry  
 Africa/Dakar (GMT +00:00) Africa/Dakar  
 Africa/EI\_Aaiun (GMT +00:00) Africa/EI\_Aaiun  
 Africa/Freetown (GMT +00:00) Africa/Freetown  
 Africa/Lome (GMT +00:00) Africa/Lome  
 Africa/Monrovia (GMT +00:00) Africa/Monrovia

Africa/Nouakchott (GMT +00:00) Africa/Nouakchott  
 Africa/Ouagadougou (GMT +00:00) Africa/Ouagadougou  
 Africa/Sao\_Tome (GMT +00:00) Africa/Sao\_Tome  
 Africa/Timbuktu (GMT +00:00) Africa/Timbuktu  
 America/Danmarkshavn (GMT +00:00) America/Danmarkshavn  
 America/Scoresbysund (GMT +00:00) America/Scoresbysund

Atlantic/Azores (GMT +00:00) Atlantic/Azores  
 Atlantic/Reykjavik (GMT +00:00) Atlantic/Reykjavik  
 Atlantic/St\_Helena (GMT +00:00) Atlantic/St\_Helena  
 GMT (GMT +00:00) GMT  
 UTS (GMT +00:00) UTS  
 WET (GMT +00:00) WET

Africa/Algiers (GMT +01:00) Africa/Algiers  
 Africa/Bangui (GMT +01:00) Africa/Bangui  
 Africa/Brazzaville (GMT +01:00) Africa/Brazzaville  
 Africa/Douala (GMT +01:00) Africa/Douala  
 Africa/Kinshasa (GMT +01:00) Africa/Kinshasa  
 Africa/Lagos (GMT +01:00) Africa/Lagos

Africa/Libreville (GMT +01:00) Africa/Libreville  
 Africa/Luanda (GMT +01:00) Africa/Luanda  
 Africa/Malabo (GMT +01:00) Africa/Malabo  
 Africa/Ndjamena (GMT +01:00) Africa/Ndjamena  
 Africa/Niamey (GMT +01:00) Africa/Niamey  
 Africa/Porto-Novo (GMT +01:00) Africa/Porto-Novo

Africa/Tunis (GMT +01:00) Africa/Tunis  
 Africa/Windhoek (GMT +01:00) Africa/Windhoek  
 Atlantic/Canary (GMT +01:00) Atlantic/Canary  
 Atlantic/Faeroe (GMT +01:00) Atlantic/Faeroe  
 Atlantic/Madeira (GMT +01:00) Atlantic/Madeira  
 CET (GMT +01:00) CET

Europe/Belfast (GMT +01:00) Europe/Belfast  
 Europe/Dublin (GMT +01:00) Europe/Dublin

## Tutoriales

Europe/Lisbon (GMT +01:00) Europe/Lisbon  
 Europe/London (GMT +01:00) Europe/London  
 MET (GMT +01:00) MET  
 Africa/Blantyre (GMT +02:00) Africa/Blantyre

Africa/Bujumbura (GMT +02:00) Africa/Bujumbura  
 Africa/Ceuta (GMT +02:00) Africa/Ceuta  
 Africa/Gaborone (GMT +02:00) Africa/Gaborone  
 Africa/Harare (GMT +02:00) Africa/Harare  
 Africa/Johannesburg (GMT +02:00) Africa/Johannesburg  
 Africa/Kigali (GMT +02:00) Africa/Kigali

Africa/Lubumbashi (GMT +02:00) Africa/Lubumbashi  
 Africa/Lusaka (GMT +02:00) Africa/Lusaka  
 Africa/Maputo (GMT +02:00) Africa/Maputo  
 Africa/Maseru (GMT +02:00) Africa/Maseru  
 Africa/Mbabane (GMT +02:00) Africa/Mbabane  
 Africa/Tripoli (GMT +02:00) Africa/Tripoli

Arctic/Longyearbyen (GMT +02:00) Arctic/Longyearbyen  
 Atlantic/Jan\_Mayen (GMT +02:00) Atlantic/Jan\_Mayen  
 Europe/Amsterdam (GMT +02:00) Europe/Amsterdam  
 Europe/Andorra (GMT +02:00) Europe/Andorra  
 Europe/Belgrade (GMT +02:00) Europe/Belgrade  
 Europe/Berlin (GMT +02:00) Europe/Berlin

Europe/Bratislava (GMT +02:00) Europe/Bratislava  
 Europe/Brussels (GMT +02:00) Europe/Brussels  
 Europe/Budapest (GMT +02:00) Europe/Budapest  
 Europe/Copenhagen (GMT +02:00) Europe/Copenhagen  
 Europe/Gibraltar (GMT +02:00) Europe/Gibraltar  
 Europe/Ljubljana (GMT +02:00) Europe/Ljubljana

Europe/Luxembourg (GMT +02:00) Europe/Luxembourg  
**Europe/Madrid (GMT +02:00) Europe/Madrid**  
 Europe/Malta (GMT +02:00) Europe/Malta  
 Europe/Monaco (GMT +02:00) Europe/Monaco  
 Europe/Oslo (GMT +02:00) Europe/Oslo  
 Europe/Paris (GMT +02:00) Europe/Paris

Europe/Prague (GMT +02:00) Europe/Prague  
 Europe/Rome (GMT +02:00) Europe/Rome  
 Europe/San\_Marino (GMT +02:00) Europe/San\_Marino  
 Europe/Sarajevo (GMT +02:00) Europe/Sarajevo  
 Europe/Skopje (GMT +02:00) Europe/Skopje  
 Europe/Stockholm (GMT +02:00) Europe/Stockholm

Europe/Tirane (GMT +02:00) Europe/Tirane  
 Europe/Vaduz (GMT +02:00) Europe/Vaduz  
 Europe/Vatican (GMT +02:00) Europe/Vatican  
 Europe/Vienna (GMT +02:00) Europe/Vienna  
 Europe/Warsaw (GMT +02:00) Europe/Warsaw  
 Europe/Zagreb (GMT +02:00) Europe/Zagreb

Europe/Zurich (GMT +02:00) Europe/Zurich  
 Africa/Addis\_Ababa (GMT +03:00) Africa/Addis\_Ababa  
 Africa/Asmera (GMT +03:00) Africa/Asmera  
 Africa/Cairo (GMT +03:00) Africa/Cairo  
 Africa/Dar\_es\_Salaam (GMT +03:00) Africa/Dar\_es\_Salaam  
 Africa/Djibouti (GMT +03:00) Africa/Djibouti

## Tutoriales

Africa/Kampala (GMT +03:00) Africa/Kampala  
 Africa/Khartoum (GMT +03:00) Africa/Khartoum  
 Africa/Mogadishu (GMT +03:00) Africa/Mogadishu  
 Africa/Nairobi (GMT +03:00) Africa/Nairobi  
 Antarctica/Syowa (GMT +03:00) Antarctica/Syowa  
 Asia/Aden (GMT +03:00) Asia/Aden

Asia/Amman (GMT +03:00) Asia/Amman  
 Asia/Bahrain (GMT +03:00) Asia/Bahrain  
 Asia/Beirut (GMT +03:00) Asia/Beirut  
 Asia/Damascus (GMT +03:00) Asia/Damascus  
 Asia/Gaza (GMT +03:00) Asia/Gaza  
 Asia/Jerusalem (GMT +03:00) Asia/Jerusalem

Asia/Kuwait (GMT +03:00) Asia/Kuwait  
 Asia/Nicosia (GMT +03:00) Asia/Nicosia  
 Asia/Qatar (GMT +03:00) Asia/Qatar  
 Asia/Riyadh (GMT +03:00) Asia/Riyadh  
 Europe/Athens (GMT +03:00) Europe/Athens  
 Europe/Bucharest (GMT +03:00) Europe/Bucharest

Europe/Chisinau (GMT +03:00) Europe/Chisinau  
 Europe/Helsinki (GMT +03:00) Europe/Helsinki  
 Europe/Istanbul (GMT +03:00) Europe/Istanbul  
 Europe/Kaliningrad (GMT +03:00) Europe/Kaliningrad  
 Europe/Kiev (GMT +03:00) Europe/Kiev  
 Europe/Mariehamn (GMT +03:00) Europe/Mariehamn

Europe/Minsk (GMT +03:00) Europe/Minsk  
 Europe/Riga (GMT +03:00) Europe/Riga  
 Europe/Simferopol (GMT +03:00) Europe/Simferopol  
 Europe/Sofia (GMT +03:00) Europe/Sofia  
 Europe/Tallinn (GMT +03:00) Europe/Tallinn  
 Europe/Uzhgorod (GMT +03:00) Europe/Uzhgorod

Europe/Vilnius (GMT +03:00) Europe/Vilnius  
 Europe/Zaporozhye (GMT +03:00) Europe/Zaporozhye  
 Indian/Antananarivo (GMT +03:00) Indian/Antananarivo  
 Indian/Comoro (GMT +03:00) Indian/Comoro  
 Indian/Mayotte (GMT +03:00) Indian/Mayotte  
 Asia/Aqtau (GMT +04:00) Asia/Aqtau

Asia/Baghdad (GMT +04:00) Asia/Baghdad  
 Asia/Dubai (GMT +04:00) Asia/Dubai  
 Asia/Muscat (GMT +04:00) Asia/Muscat  
 Asia/Oral (GMT +04:00) Asia/Oral  
 Asia/Tbilisi (GMT +04:00) Asia/Tbilisi  
 Europe/Moscow (GMT +04:00) Europe/Moscow

Indian/Mahe (GMT +04:00) Indian/Mahe  
 Indian/Mauritius (GMT +04:00) Indian/Mauritius  
 Indian/Reunion (GMT +04:00) Indian/Reunion  
 Asia/Kabul (GMT +04:30) Asia/Kabul  
 Asia/Tehran (GMT +04:30) Asia/Tehran  
 Asia/Aqtobe (GMT +05:00) Asia/Aqtobe

Asia/Ashgabat (GMT +05:00) Asia/Ashgabat  
 Asia/Baku (GMT +05:00) Asia/Baku  
 Asia/Dushanbe (GMT +05:00) Asia/Dushanbe  
 Asia/Karachi (GMT +05:00) Asia/Karachi  
 Asia/Samarkand (GMT +05:00) Asia/Samarkand

## Tutoriales

Asia/Tashkent (GMT +05:00) Asia/Tashkent

Asia/Yerevan (GMT +05:00) Asia/Yerevan  
 Europe/Samara (GMT +05:00) Europe/Samara  
 Indian/Kerguelen (GMT +05:00) Indian/Kerguelen  
 Indian/Maldives (GMT +05:00) Indian/Maldives  
 Asia/Calcutta (GMT +05:30) Asia/Calcutta  
 Asia/Katmandu (GMT +05:45) Asia/Katmandu

Antarctica/Mawson (GMT +06:00) Antarctica/Mawson  
 Antarctica/Vostok (GMT +06:00) Antarctica/Vostok  
 Asia/Almaty (GMT +06:00) Asia/Almaty  
 Asia/Bishkek (GMT +06:00) Asia/Bishkek  
 Asia/Colombo (GMT +06:00) Asia/Colombo  
 Asia/Dhaka (GMT +06:00) Asia/Dhaka

Asia/Qyzylorda (GMT +06:00) Asia/Qyzylorda  
 Asia/Thimphu (GMT +06:00) Asia/Thimphu  
 Asia/Yekaterinburg (GMT +06:00) Asia/Yekaterinburg  
 Indian/Chagos (GMT +06:00) Indian/Chagos  
 Asia/Rangoon (GMT +06:30) Asia/Rangoon  
 Indian/Cocos (GMT +06:30) Indian/Cocos

Antarctica/Davis (GMT +07:00) Antarctica/Davis  
 Asia/Bangkok (GMT +07:00) Asia/Bangkok  
 Asia/Jakarta (GMT +07:00) Asia/Jakarta  
 Asia/Novosibirsk (GMT +07:00) Asia/Novosibirsk  
 Asia/Omsk (GMT +07:00) Asia/Omsk  
 Asia/Phnom\_Penh (GMT +07:00) Asia/Phnom\_Penh

Asia/Pontianak (GMT +07:00) Asia/Pontianak  
 Asia/Saigon (GMT +07:00) Asia/Saigon  
 Asia/Vientiane (GMT +07:00) Asia/Vientiane  
 Indian/Christmas (GMT +07:00) Indian/Christmas  
 Antarctica/Casey (GMT +08:00) Antarctica/Casey  
 Asia/Brunei (GMT +08:00) Asia/Brunei

Asia/Chongqing (GMT +08:00) Asia/Chongqing  
 Asia/Harbin (GMT +08:00) Asia/Harbin  
 Asia/Hong\_Kong (GMT +08:00) Asia/Hong\_Kong  
 Asia/Hovd (GMT +08:00) Asia/Hovd  
 Asia/Kashgar (GMT +08:00) Asia/Kashgar  
 Asia/Krasnoyarsk (GMT +08:00) Asia/Krasnoyarsk

Asia/Kuala\_Lumpur (GMT +08:00) Asia/Kuala\_Lumpur  
 Asia/Kuching (GMT +08:00) Asia/Kuching  
 Asia/Macau (GMT +08:00) Asia/Macau  
 Asia/Makassar (GMT +08:00) Asia/Makassar  
 Asia/Manila (GMT +08:00) Asia/Manila  
 Asia/Shanghai (GMT +08:00) Asia/Shanghai

Asia/Singapore (GMT +08:00) Asia/Singapore  
 Asia/Taipei (GMT +08:00) Asia/Taipei  
 Asia/Urumqi (GMT +08:00) Asia/Urumqi  
 Australia/Perth (GMT +08:00) Australia/Perth  
 Asia/Dili (GMT +09:00) Asia/Dili  
 Asia/Irkutsk (GMT +09:00) Asia/Irkutsk

Asia/Jayapura (GMT +09:00) Asia/Jayapura  
 Asia/Pyongyang (GMT +09:00) Asia/Pyongyang

## Tutoriales

Asia/Seoul (GMT +09:00)	Asia/Seoul
Asia/Tokyo (GMT +09:00)	Asia/Tokyo
Asia/Ulaanbaatar (GMT +09:00)	Asia/Ulaanbaatar
Pacific/Palau (GMT +09:00)	Pacific/Palau
Australia/Adelaide (GMT +09:30)	Australia/Adelaide
Australia/Broken_Hill (GMT +09:30)	Australia/Broken_Hill
Australia/Darwin (GMT +09:30)	Australia/Darwin
Antarctica/DumontDURville (GMT +10:00)	Antarctica/DumontDURville
Asia/Choibalsan (GMT +10:00)	Asia/Choibalsan
Asia/Yakutsk (GMT +10:00)	Asia/Yakutsk
Australia/Brisbane (GMT +10:00)	Australia/Brisbane
Australia/Hobart (GMT +10:00)	Australia/Hobart
Australia/Lindeman (GMT +10:00)	Australia/Lindeman
Australia/Melbourne (GMT +10:00)	Australia/Melbourne
Australia/Sydney (GMT +10:00)	Australia/Sydney
Pacific/Guam (GMT +10:00)	Pacific/Guam
Pacific/Port_Moresby (GMT +10:00)	Pacific/Port_Moresby
Pacific/Saipan (GMT +10:00)	Pacific/Saipan
Pacific/Truk (GMT +10:00)	Pacific/Truk
Pacific/Yap (GMT +10:00)	Pacific/Yap
Australia/Lord_Howe (GMT +10:30)	Australia/Lord_Howe
Asia/Sakhalin (GMT +11:00)	Asia/Sakhalin
Asia/Vladivostok (GMT +11:00)	Asia/Vladivostok
Pacific/Efate (GMT +11:00)	Pacific/Efate
Pacific/Guadalcanal (GMT +11:00)	Pacific/Guadalcanal
Pacific/Kosrae (GMT +11:00)	Pacific/Kosrae
Pacific/Noumea (GMT +11:00)	Pacific/Noumea
Pacific/Ponape (GMT +11:00)	Pacific/Ponape
Pacific/Norfolk (GMT +11:30)	Pacific/Norfolk
Antarctica/McMurdo (GMT +12:00)	Antarctica/McMurdo
Antarctica/South_Pole (GMT +12:00)	Antarctica/South_Pole
Asia/Magadan (GMT +12:00)	Asia/Magadan
Pacific/Auckland (GMT +12:00)	Pacific/Auckland
Pacific/Fiji (GMT +12:00)	Pacific/Fiji
Pacific/Funafuti (GMT +12:00)	Pacific/Funafuti
Pacific/Kwajalein (GMT +12:00)	Pacific/Kwajalein
Pacific/Majuro (GMT +12:00)	Pacific/Majuro
Pacific/Nauru (GMT +12:00)	Pacific/Nauru
Pacific/Tarawa (GMT +12:00)	Pacific/Tarawa
Pacific/Wake (GMT +12:00)	Pacific/Wake
Pacific/Wallis (GMT +12:00)	Pacific/Wallis
Pacific/Chatham (GMT +12:45)	Pacific/Chatham
Asia/Anadyr (GMT +13:00)	Asia/Anadyr
Asia/Kamchatka (GMT +13:00)	Asia/Kamchatka
Pacific/Enderbury (GMT +13:00)	Pacific/Enderbury
Pacific/Tongatapu (GMT +13:00)	Pacific/Tongatapu
Pacific/Kiritimati (GMT +14:00)	Pacific/Kiritimati



[volver a www.adminforo.com](http://www.adminforo.com)