

## 本文目录

- [2022美东冬令时间？](#)
- [美国冬令时？](#)
- [2022美国夏令时转冬令时什么时候？](#)
- [美国夏令时是什么？](#)
- [2021年欧洲冬令时开始时间？](#)
- [中美时差计算？](#)

## 2022美东冬令时间？

美国2022年冬令时从11月的第一个周日到次年3月的第二个周日结束。在昼长夜短的季节将时间调快一个小时，有利于充分利用阳光，缩短照明时间，从而达到节能减排的效果。根据法国能源与环境控制署2010年发布的调查报告显示，2009年夏令时的实施节约了至少440亿度电，这相当于法国80万个家庭一年的用电量。

## 美国冬令时？

从美国东部时间11月3日凌晨02:00，美国开始进入冬令时，实行夏令时的地方将恢复常规时间，时钟回拨（提前）1小时。

美国国家公路交通安全管理局的一项研究显示，司机疲劳驾驶导致的各类交通事故最容易发生在黄昏时间以及凌晨12点至6点之间。而夜晚时间的加长也会对司机们造成一定影响，希望各位司机可以及时调整作息時間，避免睡眠不足而疲劳驾驶引发交通事故。

随着冬令时开始，黄昏会提前一小时来临，人体适应时制变化需要几天的时间，这个时候容易出现司机注意力不集中，缺乏睡眠导致的各类交通问题。

## 2022美国夏令时转冬令时什么时候？

2022美国冬令时于2022年11月6日（星期日）凌晨2点开始。

美国横跨西五区至西十区，共六个时区。每个时区对应一个标准时间，从东向西分别为东部时间（西五区时间）、中部时间（CST）（西六区时间）、山地时间（MST）（西七区时间）、太平洋时间（西部时间）（PST）（西八区时间）、阿拉斯加时间（AKST）（西九区时间）和夏威夷时间（HST）（西十区时间），按照“东早西晚”的规律，各递减一小时。

美国夏令时一般在每年3月的第二个周日凌晨2AM ( 当地时间 ) 开始，将时钟调到3点，拨快1小时，俗称 “Spring Forward 1 Hour” ；而在11月的第一个周日凌晨2AM ( 当地时间 ) 夏令时结束，要将时钟调到1点，拨慢1小时，俗称 “Fall Back 1 Hour” 。

## 美国夏令时是什么？

一种法定的时间。夏天太阳升起得比较早，白天时间很长。为了节约能源和充分利用白天的宝贵时间，世界上不少国家都采用法律规定的形式，每到夏天就将这个国家使用的时间提前一小时，也有提前半小时或几小时的；到了冬季，又将拨快的时间拨回来。这样的时间就是“夏令时”，是一种法定时间。我国曾于1986年到1991年每年从四月的第二个星期天早上2点钟，到九月的第二个星期天早上2点钟，在这段时期内，全国都将时间拨快1小时，实行夏令时。从九月的第二个星期天早上2点钟起，又将拨快的时间重新拨回来，直到第二年四月的第二个星期天早上2点钟。其他的国家如英国、德国和美国等，也都使用过夏令时。

## 2021年欧洲冬令时开始时间？

欧洲地区的冬令时时间将会在北京时间 3月28日正式结束，转为夏令时时间。

自北京时间3月14日 ( 周日 ) 起，美国将进入夏令时，美股市场开盘和收盘均将提前一小时，即美股交易时间更改为北京时间21:30至次日凌晨04:00，盘前交易时间为16:00至21:30，盘后交易时间为04:00至08:00。至美东时间2020年11月7日02:00结束。

欧洲夏令时是为了利用季节性的日光而在春季开始提前一个小时的作息方法。此方法在全欧洲除冰岛外的所有国家实行 ( 冰岛全年实行格林尼治时间 )。在欧盟国家和其他一些非欧盟国家中，此方法实行时期从每年三月份的最后一个周日2:00 ( 格林尼治时间 ) 开始，至十月份最后一个周日 3:00 ( 格林尼治时间 ) 结束。

在历史上，欧洲的不同国家采用过各种不同的夏令时制度，但这给交通、通讯和其他活动带来了不便。二十世纪八十年代，欧洲共同体开始发布关于夏令时制度的指令，要求其成员国通过立法来确定夏令时的开始和结束日期。自1981年起，每一个指令中都规定了统一的夏令时开始时间 ( 在3月最后一个周日的格林尼治时间1:00将时间调前1小时 )，但是结束的时间并不一致。

## 中美时差计算？

正常时美国各时间与北京时间的时差

太平洋时间 : -16

山地时间 : -15

中部时间 : -14

东部时间 : -13

阿拉斯加时间 : -18

例如 : 北京时间减去16小时就是美国太平洋时间。北京时间20 : 00 , 美国太平洋时间就是04 : 00。

在夏令时 , 时差少一小时。如在美国夏令时。北京时间20 : 00 , 美国太平洋时间就是05 : 00

中国和美国东岸 , 也就是纽约到底特律这个范围的时差 , 4月最后一个星期天到10月的最后一个星期天时差是12个小时 , 中国比美国快12个小时 ;

另外的那半年美国是冬令时 , 中国比美国快13个小时