

야구중계 틀어놓고 한참 보다가, 갑자기 “어? 오늘 경기 시작 안 했나?” 같은 순간들 다들 한 번쯤 겪어봤을 거야. 특히 mlb중계는 한국에서 보면 새벽이나 오전 시간대가 되는 경우가 많아서, 한 곳 차이로 시청 타이밍이 밀리기도 하고. 그래서 나는 웬만하면 야구중계사이트에서 뭔가 “지금 중계중” 이런 문구를 보기 전에, 딱 먼저 공식 스케줄부터 확인하는 습관이 있어.

이 글은 복잡한 방법을 알려주려는 게 아니라, 진짜로 시행착오를 줄이기 위한 “공식 스케줄 확인” 루틴을 이야기 해볼게. KBO도 같이 얘기하긴 하는데, 핵심은 MLB 중계 시청 전에 시간을 먼저 잡는 거야. 여기서 시간 잡는다는 건 “대충 오늘이겠지”가 아니라, 리그가 정해놓은 경기 일정과 경기 운영 발표 내용을 기준으로 내일정을 세우는 거지.

새벽 시청이 많은 MLB, 더더욱 ‘먼저’ 확인해야 하는 이유

한국과 뉴욕의 시차는 13시간이야. 서울이 뉴욕보다 빠르니까, 뉴욕에서 저녁에 열리는 경기는 한국에서는 새벽이나 오전으로 넘어오는 경우가 많아져. 이걸 [mlb중계](#) 그냥 감각 얘기가 아니라, 실제로 중계 시청 타이밍이 빗나갈 수 있는 구조 자체가 시차에서 나오기 때문이야.

예를 들어 너가 “오늘 밤 9시쯤 시작하겠지” 같은 감으로 움직이면, 실제 한국 시간에서는 완전히 다른 파트에 걸릴 수 있어. Mlb중계가 재미있는 이유는 경기 자체도 있지만, 결국은 “내가 언제 TV나 화면 앞에 있어야 하는가”가 매치 포인트잖아. 그래서 공식 스케줄을 먼저 확인하면, 시차 때문에 생기는 어긋남을 크게 줄일 수 있어.

그리고 MLB는 스프링 트레이닝부터 시작해서 정규시즌으로 넘어갈 때 일정이 쌓이잖아. MLB가 2026년 정규시즌, 스프링 트레이닝 일정과 경기 시간 관련 내용을 공식 발표했다는 점도 중요해. 이런 발표를 확인하지 않으면, 누군가 올린 캘린더나 커뮤니티 안내를 기준으로 따라가게 되는데, 그러면 최신 정보 기준이 아닐 가능성이 생겨.

“공식 스케줄”이 주는 제일 큰 이득: 타이밍의 기준점이 생김

야구중계사이트는 보통 편하고 빠르게 안내해줘. 클릭 몇 번이면 “오늘 경기” “중계 예정” 이런 걸 찾아볼 수 있으니까. 근데 여기서 한 가지를 꼭 기억해야 해. 사이트 안내는 결국 누군가가 정리한 형태일 수 있고, 사용자가 보는 화면은 실시간 업데이트까지 완벽하다고 단정하기 어려워.

반면 공식 스케줄은 리그가 잡아놓은 기준 그 자체야. MLB는 30개 구단 체제로 운영되고, 정규시즌은 구단당 162경기 체계로 편성돼. 이런 큰 틀은 공식 일정에 반영되는 게 기본이고, 그래서 네가 “오늘 경기 어디까지가 정확한가”를 확인할 때 기준이 흔들리지 않아.

특히 2026년 MLB 정규시즌은 3월 25일로 잡혀 있고, 뉴욕 양키스와 샌프란시스코 자이언츠의 단독 개막전으로 시작한다고 발표됐어. 이런 “시즌 시작점”을 알고 있으면, 그 이후의 흐름도 훨씬 덜 헷갈려. 개막전이 언제고 어떤 팀 구도인지가 머리에 박히면, 중간에 스케줄이 밀리거나 하루가 바뀌어도 “아, 이건 시차 때문에 그런 건가, 아니면 날짜가 다른 건가”를 구분하기 쉬워져.

KBO도 같은 실수를 반복하게 만들 때가 있다

KBO를 같이 얘기하는 이유는, 국내 야구중계 환경에서 사람들이 습관처럼 겪는 실수 패턴이 비슷하기 때문이야.

예를 들어 KBO는 2026 KBO 정규시즌을 팀당 144경기, 총 720경기로 편성한다고 발표했어. 개막은 2026년 3월 28일 토요일이고, 개막전은 잠실, 대전, 문학, 대구, 창원 5개 구장에서 열렸다. 이런 식으로 리그 차원의 운영 포인트가 공식 공지에 담겨 있지.

또 KBO는 경기 개시 시간 변경 공지를 별도로 올렸고, 최근 폭염 대응을 위해 클리닝타임 확대 같은 경기 운영 조정도 안내했어. 여기서 얻는 교훈은 단순해. 경기 운영과 시간 관련 공지는 “가끔 바뀐다”가 아니라 “공식 공지로 확

인할 필요가 있다”는 쪽에 더 가깝다는 거야.

MLB도 물론 KBO와 똑같이 움직인다는 말은 못 해. 다만 “공식 발표를 먼저 확인하는 습관” 자체가 실수를 줄여주는 건 공통이야. 한국에서 야구중계 보려는 사람들은 일정이 늦게 퍼지는 상황을 종종 겪는데, 그때마다 기준을 공식으로 가져가면 흔들릴 일이 확 줄어.

그럼 실제로 어떻게 확인하면 좋을까? (내 루틴)

여기서부터는 내가 실제로 쓰는 방식에 가까운 이야기로 갈게. 어렵게 생각할 필요는 없어. 핵심은 “오늘 경기인지”를 먼저 걸러내고, 그다음에 “내가 보는 시간대가 맞는지” 확인하는 순서야.

아래처럼만 해도 체감이 확 달라질 거야.

1) 먼저 MLB 정규시즌 기준으로 날짜부터 확인한다

2) 네가 보려는 경기(구단 매치업)가 맞는지 확인한다 3) 스프링 트레이닝 및 관련 경기 시간 발표처럼 시즌 흐름에서 업데이트된 게 있는지 본다 4) 한국 시간으로 새벽, 오전 구간에 걸리는지 시차(13시간)를 떠올려서 체크한다

여기서 포인트는 “야구중계사이트에서 바로 클릭하지 않기”야. 사이트에서 제공하는 정보는 편하지만, 공식 기준을 한 번만 맞춰주면 그 다음부터는 덜 흔들리거든.

그리고 MLB 정규시즌은 3월 25일 시작, 구단당 162경기 체계라는 큰 구조가 있으니, 네가 캘린더에서 보는 날짜가 시즌 중 언제쯤인지도 대충이라도 감이 잡혀. 감이 잡히면 “어? 이 날짜가 이상한데?” 같은 순간을 빨리 포착할 수 있어.

“공식 스케줄”을 확인하는 타이밍은 언제가 제일 좋을까

솔직히 말하면, 경기 당일에 급하게 보는 사람도 많아. 나도 일정이 꼬이는 날엔 당일에 확인하는 편이긴 한데, 그럴수록 확인의 질이 떨어져. 이유는 간단해. 당일은 급하고, 다른 일 때문에 확인 시간이 짧아져.

그래서 가능하면 전날이나 최소한 하루 전에는 “오늘 어떤 매치업인지, 내 한국 기준 시간대가 언제인지”를 한 번 잡아두는 게 좋아. MLB가 정규시즌, 스프링 트레이닝, 경기 시간과 관련해 공식 발표를 내는 흐름이 있다는 걸 생각하면, 최소한 큰 날짜 착오는 막아야 하거든.

그리고 한국과 뉴욕 시차가 13시간이라는 점 때문에, 같은 “날짜”라도 체감상 어제 밤인지 오늘 새벽인지 감각이 뒤엉킬 수 있어. 이럴 때는 경기 시작 시각을 직접 맞추려 애쓰기보다, “공식 스케줄에서 내 한국 시간대가 어디쯤에 걸리는지”를 확인하는 식으로 접근하는 게 현실적이야. 완벽하게 분 단위까지 당장 외우려고 하기보다는, 틀림을 줄이는 쪽이 더 효율적이거든.

중간에 일정이 헛갈릴 때 써먹는 판단 기준

공식 스케줄을 확인해도 가끔 “어? 이게 왜 이렇게 나와?” 같은 찝찝함이 생길 수 있어. 그때는 감으로 해결하려고 하지 말고, 체크 기준을 명확히 하는 게 좋아.

특히 스프링 트레이닝과 정규시즌은 구분해서 봐야 해. 2026 스프링 트레이닝은 2월 20일 시작됐고, 정규시즌 경기 시간과 스프링 트레이닝 일정은 MLB가 공식 발표했어. 그러니까 캘린더 앱이나 야구중계사이트 화면에서 섞여 보일 수 있는 여지가 있어. 여기서 너가 “내가 보는 게 정규시즌 경기인지”만 먼저 확실히 하면, 그 뒤는 훨씬 덜 혼란스러워져.

그리고 개막전 같은 시즌 시작점은 특히 중요해. 2026년 MLB 개막전이 양키스와 자이언츠의 단독 개막전이라고 발표된 걸 기억해두면, “지금 이게 개막 구간 맞나?” 같은 것도 바로 점검할 수 있어. 이런 기억 장치는 생각보다 쓸모가 커.

내가 예전에 비슷한 상황에서 겪었던 건, 커뮤니티에서 글을 보고 “개막 맞지?”라고 생각했는데 실제로는 스프링 트레이닝 근처 일정이 섞여 있던 케이스였어. 그때 공식 스케줄을 기준으로 매치업을 딱 대조해보니 정리되더라. 그 한 번 이후로는, 내 일정표에 남기기 전에 공식부터 확인하게 됐고.

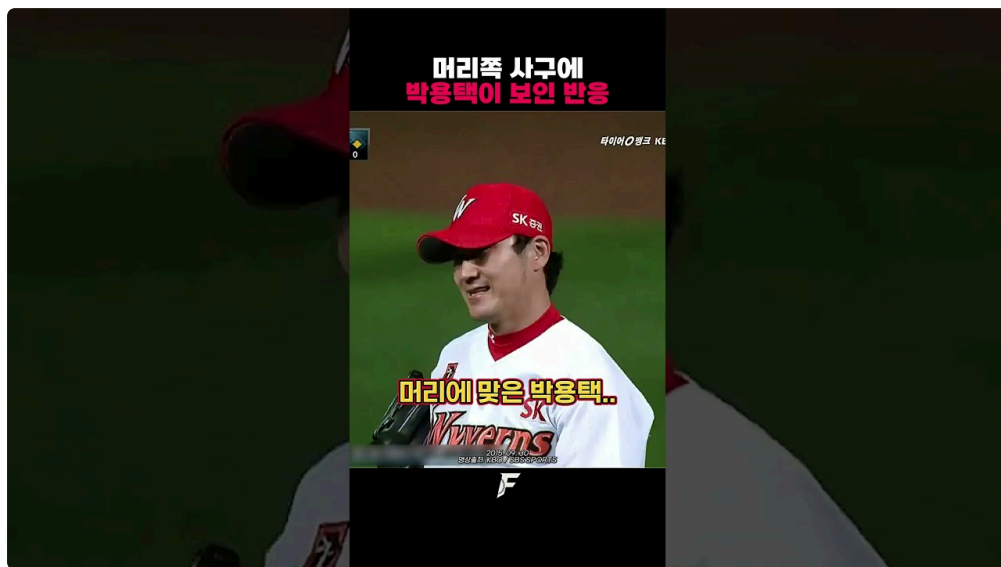
야구중계사이트를 보더라도, ‘사용 순서’가 중요해

야구중계사이트를 쓰지 말라는 건 아니야. 오히려 사이트는 장점이 많아. 빠르고, 보기 편하고, 중계 채널 안내도 쉬운 편이니까. 다만 내가 말하는 건 순서야. 공식 스케줄로 날짜와 매치업을 먼저 맞추고, 그 다음에 사이트에서 “어디서/어떻게 보는지”를 확인하는 방식.

이렇게 하면 같은 정보를 보더라도 너의 판단 근거가 “공식 기준”으로 고정돼. 사이트가 틀렸다고 단정할 필요도 없어. 그냥 사람 일정은 하나뿐이고, 틀리면 손해가 확실하니까, 기준점만 확실히 잡자는 거지.

사람들이 자주 놓치는 포인트 3가지

여긴 짧게, 근데 꼭 필요한 것만 정리해볼게. 리스트는 딱 이 한 번만 쓸게.



- 한국-뉴욕 시차(13시간) 때문에 날짜 감각이 어긋날 수 있다
- 스프링 트레이닝(2월 20일 시작)과 정규시즌은 구분해서 봐야 한다
- 2026 정규시즌 개막일(3월 25일)과 개막전 매치업(양키스 vs 자이언츠)을 기준점으로 삼는 게 도움이 된다

이 세 가지가 잡히면, “오늘 경기 아닌데 틀렸네” 같은 기본 사고는 거의 줄어들어.

공식 스케줄 확인을 습관으로 만들면 생기는 변화

처음엔 귀찮아. 솔직히 말하면, 바로 틀고 싶은 날이 많잖아. 근데 공식 스케줄 확인을 습관으로 만들면, 중계 시청 경험이 바뀌어.

경기 시작 전에 “오늘 경기 맞아?”라는 확인을 이미 끝내놓으면, 경기 내용에 집중할 시간이 늘어. 그리고 시차 때문에 머리가 조금 멍한 새벽에도, “내가 지금 늦지 않았나” 불안이 줄어들어. 이건 단순한 감정 문제 같아 보여도 실제로 경기 집중도에 영향을 줘. 야구는 긴 경기 흐름이 있으니까, 불필요한 걱정이 끼면 체감상 더 지치거든.

또 한 가지는, 네 일정표가 안정돼. MLB는 정규시즌이 구단당 162경기 체계로 돌아가. 이런 구조에서는 작은 착오가 누적되기 쉬워. 그런데 공식 스케줄로 출발선을 맞춰두면, 이후에 캘린더가 흐트러져도 “어디부터 다시 확인하면 되는지”가 생겨.

마지막으로, “오늘 뭐 봐?”가 아니라 “오늘이 맞아?”부터

MLB중계는 결국 중계 자체도 중요하지만, 내가 언제 무엇을 봐야 하는지가 더 먼저야. 그래서 나는 경기 전에 공식 스케줄부터 확인하는 걸 추천해. MLB 정규시즌 개막이 언제인지(3월 25일), 개막전이 어떤 매치업인지(양키스와 자이언츠), 그리고 스프링 트레이닝이 언제부터 흐름을 만드는지(2월 20일 시작)를 머릿속 혹은 메모에 남겨두는 게 생각보다 큰 도움이 돼.

KBO도 2026 시즌 운영처럼 경기 운영 조정이나 개시 시간 변경 같은 공지가 있다는 걸 보면, 결국 야구는 “일정이 완전히 고정”이라기보다 “공식 발표를 따라가야 맞는다” 쪽에 가까워. 그 감각을 MLB에도 그대로 적용하면, 야구 중계사이트에서 뭔가 보이는 것에 휩쓸리지 않고 깔끔하게 시청 시간을 잡을 수 있어.

야구 보러 가는 길은 짧을수록 좋아. 그러려면 출발 전에 딱 한 번, 공식 스케줄로 “오늘이 맞는지” 확인하고 가는 게 제일 현실적인 방법이야.