

MLB가 3월 25일(샌프란시스코 자이언츠-뉴욕 양키스)로 먼저 불을 붙이고, 3월 26일이 본격적인 Opening Day로 이어진다는 소식이 뜨면, 그때부터 머릿속이 한 가지로 정리돼요. “그 시간에 내가 뭘 틀어야 하지?”

해외경기는 특히 한국이랑 시차가 워낙 크게 잡혀서, 야구중계 찾다가 중계 시작을 놓치면 그 다음부터는 계속 찜찜하거든요. 그래서 이번 글은 “3/25, 3/26에 MLB중계를 제대로 보려고” 체크할 것들을 현실적으로 정리해볼게요. KBO랑 같이 보는 사람도 많으니까, 비교 감각도 곁들일게요. (키워드도 자연스럽게 넣어두면 야구중계, mlb중계, 야구중계사이트 찾는 분들한테 동선이 편하겠죠.)

3/25와 3/26, 뭐가 다른가부터 잡고 가기

공식 발표 기준으로 2026 MLB 정규시즌은 3월 25일에 첫 경기가 시작하고, 3월 26일이 Opening Day로 본격적인 시즌 출발로 잡혀 있어요. 3월 25일은 자이언츠-양키스 경기로 시작한다고 되어 있고요. 또 Opening Day 편성은 미국 동부시간(ET) 기준으로 첫 경기 시작 시간이 4:00 p.m. ET로 공지된 경기와 8:05 p.m. ET 같은 경기들이 포함돼요.

여기서 중요한 건 “미국 동부시간 기준”이라는 점이에요. 한국은 KST(UTC+9)라서, ET는 시기에 따라 UTC-5 또는 UTC-4를 써요. 이 차이 때문에 한국은 MLB중계를 주로 훨씬 이른 새벽이나 오전 시간대로 시청하게 되는 경우가 많아요. 그러니 단순히 “한국에서 아침쯤이겠지” 같은 감으로 접근하면 빗나가기 쉬워요. 날짜만 달력에 적어두고 끝내면, 실제 시작 시각에 스프루 놓치는 일이 생깁니다.

한국 시청 시간, 감으로 잡지 말고 ‘시간대’를 먼저 정해

시차는 한 번만 계산해두면 끝이라서, 번거롭지만 이 단계는 꼭 해두는 게 좋아요. 3월 25일과 3월 26일은 시차 때문에 한국 시간이 크게 당겨지는데, 특히 ET가 UTC-5인지 UTC-4인지에 따라 한국 시각이 1시간씩 달라질 수 있어요. 즉 “대략 몇 시”가 아니라, 실제 방송을 틀어야 하는 정확한 시각을 확인하는 게 핵심이에요.

제가 실제로 야구중계사이트 열어놓고도 놓친 적이 있는데, 그때는 “이전 시즌에서 그 시간이었으니 비슷하겠지”로 접근했어요. 그런데 시즌마다 ET의 기준이 달라지는 구간이 있고, 그걸 확인하지 않으면 딱 1시간이 틀어지더라고요. 새벽 경기에서는 그 차이가 생각보다 치명적이라, 결국 경기 시작 직전까지 새로 확인하느라 정신이 없었어요.

그래서 이번에는 이렇게 접근하는 걸 추천해요.

공식 schedule에서 당일 경기 시작 시간을 ET로 확인하고, 그 시간대를 한국 시각으로 옮겨서 “내가 전원 켜고 연결 끝내야 하는 시간”까지 같이 적어두는 방식이요. 중계 시작 10분 전에 준비 끝내는 습관이 있으면 훨씬 덜 쫓겨요.

공식 일정 페이지로 “내가 보는 시간”을 고정하기

야구중계, mlb중계 찾을 때 사람들이 자주 하는 실수가 두 가지예요. 하나는 누군가가 공유한 캡처나 후기 글을 기준으로 시간을 잡는 거고, 다른 하나는 중계 채널이 따로 정리돼 있을 거라고 믿는 거예요.

근데 해외경기 쪽은 변동이 생길 때가 있어요. 우천 취소나 순연, 운영상 변경 같은 건 어떤 시즌이든 생길 수 있고, 그럴 때 가장 빠르고 정확한 기준은 공식 일정 반영이에요.

공식 일정은 MLB schedule 페이지에서 당일 경기와 팀별 일정을 확인할 수 있어요. KBO도 일정/결과 페이지에서 경기 시간, 장소, 그리고 TV/RADIO 편성과 결과까지 확인할 수 있고요.

즉, “야구중계사이트에서 대충 정리된 시간”이 아니라, 공식 일정에서 오늘 경기 시작 시각을 먼저 잠그고 들어가는 방식이 가장 안전해요.

여기서 현실적인 팁 하나.

3/25와 3/26은 시즌 초반이라 관심이 집중돼서, 야구중계사이트나 커뮤니티에서 글이 빨리 쏟아질 가능성이 커요. 이때 분위기에 끌려서 “지금 **야구중계** 올라온 정보”를 믿기보다, 일정은 공식에서 한 번 더 확인하고 가는 게 스트레스가 덜해요. 중계 화면 띄우는 건 그 다음 단계고요.

3/25·3/26 MLB 개막 주간, “시청 준비” 체크리스트

아래는 진짜로 써먹기 좋은 체크리스트예요. 리스트는 길지 않게, 필요한 것만 남겼어요. (야구중계 준비는 결국 ‘시간’과 ‘연결’이 전부거든요.)

- 3/25(자이언츠-양키스 포함)와 3/26 Opening Day 경기들의 시작 시간을 MLB schedule에서 ET 기준으로 확인하기
- ET가 UTC-5인지 UTC-4인지에 따라 한국 KST로 변환 시각이 1시간 달라질 수 있으니, 변환 기준을 체크하기
- 중계 시작 시각 기준으로 최소 10분 전에 기기 전원, 인터넷 연결, 앱(또는 시청 플랫폼) 로그인을 완료하기
- 우천 취소나 순연 같은 변동이 생길 수 있으니, 경기 당일 다시 schedule에서 최신 상태 확인하기
- KBO 정규시즌도 같이 보는 사람이라면, KBO는 3월 28일 개막이라도 3월 중순~말에 잡히는 일정과 겹치지 않는지 달력에서 교차 확인하기

여기서 한 가지 더.

KBO는 2026 정규시즌이 3월 28일 개막으로 잡혀 있고, 그 전에는 MLB 개막 주간처럼 “해외경기 집중”이 될 확률이 높아요. 그래도 사람 마음은 자꾸 KBO 쪽으로 기울는 편이라, 일정이 겹치면 결국 뭐 하나 놓치게 됩니다. 개막 전이라도 이슈 경기나 이벤트성 일정이 끼는 경우가 있을 수 있으니, 최소한 “내가 원하는 야구중계가 둘 다 같은 시간대에 걸리는지”만은 미리 보세요.

Opening Day 시간대가 특히 빠센 이유, 새벽이 더 무섭다

미국 동부시간(ET) 기준으로 Opening Day에는 4:00 p.m. ET 같은 경기와 8:05 p.m. ET 같은 경기가 섞여 공지돼 있어요. 한국으로 옮기면 당연히 새벽이나 오전 쪽으로 붙는 경우가 많고요.

이때 야구중계에서 체감 난이도가 올라가는 이유는, 단순히 “일찍 일어나야 해서”가 끝이 아니예요.

시청할 때 필요한 건 시각만이 아니라, 그 시각에 내가 멀쩡히 집중할 수 있는 상태인지도 포함돼요. 새벽에 중계 켜놓고도 졸거나, 중간에 화면 끊겨서 다시 찾는 순간부터는 게임 흐름을 놓치기 시작하거든요. 특히 시즌 초반이면 팀 로스터, 선발 교체 흐름, 이닝 전환에서 캐치업이 필요한데, 이게 끊기면 재미가 급격히 떨어져요.

그래서 저는 “첫 경기 1회 말까지는 확실히 보고 시작하자”를 목표로 잡습니다. 이 한 줄 목표 때문에 준비를 더 잘 하게 되거든요. 준비를 잘하면 중계도 안정적으로 이어져서, 결국 MLB중계를 보는 만족도가 확 올라가요.

야구중계사이트를 쓸 거면, 확인 순서를 바꾸는 게 이득

야구중계사이트를 이용하는 건 선택이에요. 다만 선택이면, 방법도 선택해야 하죠.

공식 일정은 가장 정확하지만, 내가 원하는 형태로 편성 정보를 즉시 보기 어려울 수도 있어요. 그래서 보통은 “공식으로 기준 잡기, 사이트로 실행”으로 나누는 게 편합니다.

이 방식의 장점은 명확해요.

사이트에서 방송 버튼을 누르든, 플레이어를 띄우든, 결국 “그게 맞는 경기”라는 확신이 공식 schedule에서 확보돼요. 반대로 이걸 거꾸로 하면, 사이트에서 제공한 시간대로 들어간 다음에 공식 schedule에서 시간이 바뀐 걸 보면 멘탈이 흔들립니다.

여기서 주의할 점 하나.

중계 채널/플랫폼이 어디인지에 대한 세부 정보는 매체마다 정리 방식이 다를 수 있는데, 우리는 “확정된 방송 편성 정보”를 여기서 단정할 수 없어요. 대신 제가 원하는 건, 공식 schedule을 기준으로 “경기 자체”를 고정하고, 중계 화면으로 넘어갈 때는 너가 실제로 쓰는 야구중계사이트에서 제공되는 실행 버튼과 연결 상태만 확인하는 겁니다. 이건 사실상 대부분의 상황에서 안전해요.

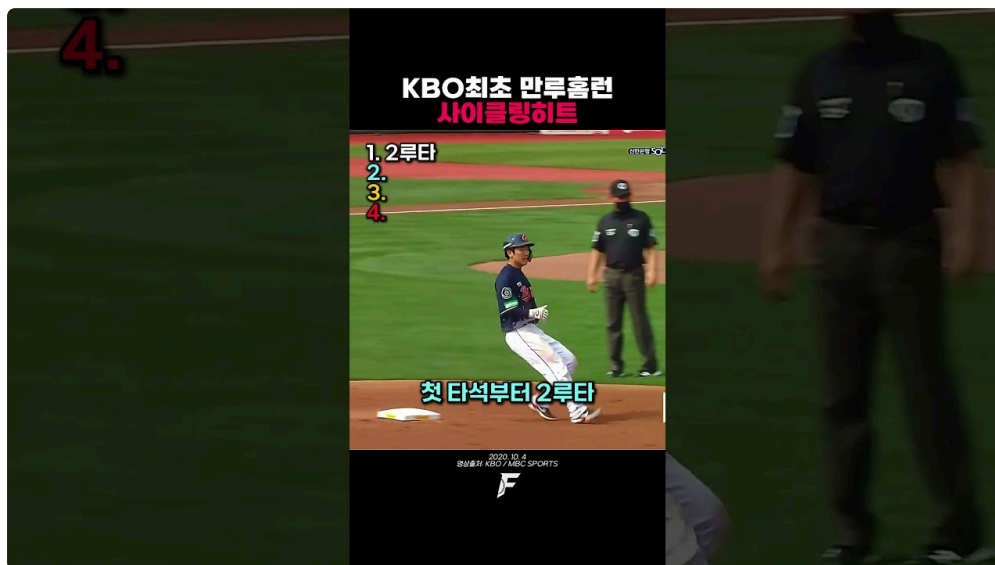
KBO와 비교하면 ‘시간 감각’이 더 빨리 잡힌다

MLB가 먼저 시작하고, KBO 정규시즌은 3월 28일에 개막해요. 또 KBO는 시즌 잔여 경기 편성 공지에 따라, 9월 15일 이후에는 평일 18:30, 토요일 17:00, 일요일과 공휴일 14:00에 시작한다고 되어 있어요. 물론 3월 개막 시즌 초반은 이 패턴과 다를 수 있어도, “시즌이 흐를수록 경기 시작 시각이 정형화되는 구간이 있다”는 감각은 잡히죠.

이 감각을 MLB에 대입하면 이런 도움이 있어요.

KBO는 비교적 저녁 시간대에 익숙한 분들이 많고, MLB는 새벽이나 오전처럼 익숙하지 않은 시간대에 더 자주 걸려요. 그러니 한국 시청 스케줄을 만들 때, “시간대 적응”을 고려해야 합니다. 같은 ‘야구’라도 체감 리듬이 달라져요. 그래서 MLB중계는 선발 로테이션이나 경기 시작 시각에 따라 수면 패턴이 흔들릴 수 있거든요.

한 번만 제대로 맞춰두면 편해요. 예를 들면, 3/25는 전날 저녁 컨디션을 최대한 정리하고, 3/26은 무리하지 않게 목표를 정하는 식이요. 선수들 컨디션도 중요하지만, 내 컨디션이 흔들리면 중계가 재미있게 흘러갈 확률이 확 내려갑니다.





자주 생기는 실수들, 이걸 체크로 해결돼

여기서는 실수 패턴만 딱 정리할게요. 또 리스트로 한 번만 더 잡을게요. (요구 조건상 리스트는 최대 두 번까지만 가능하니까, 여기까지로 마무리할게요.)

- 일정 확인을 “한 번만” 하고 넘어간다, 특히 경기 당일 변동이 있으면 바로 다시 확인해야 함
- ET 기준 시간을 한국 시각으로 옮길 때 1시간 차이를 놓친다
- 중계 시작 직전에 로그인이나 앱 실행을 시작한다, 새벽에는 지연이 더 크게 체감됨
- KBO 일정이랑 겹치는 걸 달력에서 교차 확인하지 않는다
- 야구중계사이트에서 본 시간만 믿고, MLB schedule에서 경기 자체가 맞는지 검증을 생략한다

결국 핵심은 하나예요.

야구중계는 “누구의 정보”가 아니라 “어떤 기준”으로 고정하느냐 게임이에요. 공식 schedule이 그 기준이고요. 사이트는 실행 도구가 될 때 제일 편합니다.

마지막으로, 3/25·3/26을 제대로 즐기는 마음가짐

3월 25일, 3월 26일은 그냥 개막일이 아니라, 한 시즌의 리듬이 잡히기 시작하는 구간이에요. 처음 며칠은 경기마다 스타트가 꽤 다르게 느껴질 [mlb중계](#) 수 있고, 선발 매치업이 어떻게 짜이는지 보는 재미도 생겨요. 다만 그 재미를 제대로 가져가려면 시청 환경이 먼저 안정돼야 해요.

그래서 저는 “체크하고 본다” 쪽이 더 즐겁더라고요. 시간을 맞추고, 변동을 확인하고, 연결을 점검하고 나면 그 다음부터는 진짜 야구를 보게 됩니다. 그 상태에서 이닝이 넘어갈수록 집중력이 자연스럽게 붙어요. 결과적으로 mlb 중계를 보는 시간이 더 길어지고, 놓치는 장면도 줄어들어요.

야구중계, mlb중계, 야구중계사이트를 여기저기 찾아보는 것도 나쁘진 않아요. 다만 개막 주간만큼은 “기준은 공식, 실행은 내가 편한 곳”으로 잡아두면 실패 확률이 크게 내려갑니다. 3/25과 3/26에서 그 흐름만 제대로 만들어두세요. 그러면 시즌 내내 중계를 보는 방식이 훨씬 편해질 거예요.