

야구중계 볼 때 제일 답답한 순간이 있잖아. “오늘 경기 있나?” “몇 시부터야?” “경기 시간이 늘어났대서 시작이 밀리나?” 이런 거. 2026년은 KBO 기준으로 정규시즌이 팀당 144경기, 총 720경기라서 선택지가 엄청 많아지는 대신, 일정 관리가 더 중요해져요. 여기에 MLB까지 같이 보면, 시간대 때문에 더 머리가 아플 수 있고요.

그래서 이번 글은 2026 KBO 정규시즌 720경기 흐름을 중심으로, 야구중계사이트에서 바로 헛갈리지 않게 “뭘 먼저 확인해야 될 삽질하는지”에 초점을 맞춰 정리해볼게요. 키워드도 자연스럽게 넣어둘게요. 야구중계, mlb중계, 야구중계사이트 전부 연결되는 내용입니다.

2026 KBO 정규시즌, 총 720경기 시작부터 일정이 핵심

KBO는 2026 정규시즌을 팀당 144경기로 편성했고, 전체가 총 720경기예요. 개막은 2026년 3월 28일(토)이고, 개막전은 잠실, 대전, 문학, 대구, 창원 5개 구장에서 열립니다.

이게 왜 “불거리”랑 연결되냐면, 경기 수가 많다는 건 단순히 많이 본다는 뜻만이 아니거든요. 시즌 초반에는 팀들이 아직 로테이션과 전력 운용을 정교하게 맞추는 시기라서, 같은 팀이라도 경기마다 느낌이 달라요. 게다가 KBO는 경기 운영 [무료 야구중계](#) 조정 같은 공지도 따로 올라오는 편이라, 실제 체감 진행 속도도 시즌 중에 계속 체크할 필요가 생깁니다.

그리고 KBO는 2026시즌 경기 개시 시간 변경 공지 같은 걸 별도로 올렸고, 폭염 대응 차원에서 클리닝타임 확대 등 경기 운영 조정도 안내했어요. 이걸 야구중계를 “몇 시에 틀면 되지?”로만 접근하면 놓치기 쉬운 포인트예요. 시작 시간이 딱 고정이라고 생각했다가 늦게 들어가면, 초반 흐름을 놓치게 되거든요.

2026 KBO가 더 재밌게 보이는 지점: 경기 길이, 운영 속도

KBO는 경기 진행과 관련해서 평균 경기시간을 공개하는 페이지도 따로 운영하고 있어요. 즉, “대충 몇 시간이 걸리더라” 같은 감에만 의존하지 말고, 실제로 경기 길이를 체크할 수 있다는 뜻입니다.

실제로 야구중계 보는 입장에서는 평균 경기시간이 왜 중요하냐면 이거예요.

- 저녁 시간에 맞춰 틀었는데 생각보다 길어져서 후반이 휘청할 때가 있고
- 반대로 경기 시간이 짧게 잡히면 다음 일정까지 이어서 보기 편해지거든요

여기서 중요한 건, 이 평균은 어디까지나 기준이라는 점이에요. 그래서 저는 보통 “오늘 방송 편성 시간”뿐 아니라 “경기 개시 시간 변경 공지” 같은 운영 공지도 같이 보는 편입니다. KBO 공지들은 야구중계 안내 글에서 꼭 같이 보라고 말하는 이유가 있어요. 시즌 운영이 조금씩 조정되면, 시청 타이밍도 영향을 받거든요.

2026 KBO 올스타전, 일정도 같이 묶어서 봐야 하는 이유

KBO는 2026년 올스타전을 7월 11일 토요일에 개최한다고 공지했어요. 올스타 자체가 불거리인 건 당연한데, 야구중계 스케줄 관점에서는 “시즌 중반 이후를 어떻게 이어서 보게 되냐”가 더 커요.

중요한 건 단순히 올스타가 있는지 없는지가 아니라, 중계 일정이 올스타 전후로 어떻게 흐르는지예요. 올스타전 날짜가 박혀 있으면, 그 전 주와 그 이후 주를 “경기 수가 물리는지”, “일정 리듬이 바뀌는지” 감 잡기에 도움이 됩니다. 특히 KBO 720경기 시즌은 중계 불거리가 계속 나오지만, 보기 계획을 짜놓지 않으면 결국 “오늘 뭐 보지”로 다시 돌아오게 되거든요.

mlb중계는 시간대부터 게임이 시작된다, 한국과 뉴욕 시차 13시간

이제 mlb중계 이야기로 넘어가볼게요. 한국과 뉴욕의 시차는 13시간이에요. 서울이 뉴욕보다 빠르죠. 그래서 MLB 경기는 한국 기준으로 새벽이나 오전에 잡히는 경우가 많습니다.

여기서 현실적인 팁은, “오늘 야구 언제 해?”를 검색창에 바로 던지기보다, 스케줄을 확인할 때 기준 지역을 먼저 확인하는 습관이에요. 같은 경기라도 타임존이 헛갈리면 완전 다른 시간에 들어가게 되니까요. 이걸 야구중계를 꾸준히 챙겨보는 사람일수록 더 민감하게 느끼는 부분이에요. 특히 주중에 보면 더 그렇고요.

2026 MLB 정규시즌: 30팀, 구단당 162경기, 개막은 양키스 vs 자이언츠

MLB는 2026년 정규시즌 개막을 3월 25일로 잡았고, 뉴욕 양키스와 샌프란시스코 자이언츠의 단독 개막전으로 시작합니다. MLB는 30개 구단 체제고 정규시즌은 구단당 162경기 체계예요.

이걸 KBO랑 비교하면 감이 오죠. KBO는 팀당 144경기, MLB는 팀당 162경기라서, 같은 시즌 기간에서도 MLB가 경기량이 더 촘촘한 편이에요. 물론 그 “촘촘함”이 항상 같은 방식으로 체감되진 않아요. 경기 운영 방식과 시차, 중계 편성 방식이 겹치기 때문입니다.

하지만 어쨌든 mlb중계 입장에서는 선택지가 넓어지는 대신, “어떤 경기를 봐야 이득인가”를 스스로 정해야 편해져요. 저는 보통 초반에는 개막전 같이 의미 있는 경기부터 챙기고, 그다음부터는 본인이 컨디션 되는 시간대에 맞춰 고르는 편이었습시다. 시간대가 새벽이면 결국 내가 피곤한지의 문제가 커지거든요.



스프링 트레이닝 일정도 같이 보게 되는 이유

MLB는 2026 스프링 트레이닝이 2월 20일 시작됐고, 정규시즌 경기 시간과 스프링 트레이닝 일정을 MLB가 공식 발표했어요. 스프링 트레이닝은 “정규시즌 맛보기” 느낌으로 보게 되는데, 여기서 중요한 건 실제로 정규시즌 중계 시간표가 같이 안내된다는 점입니다.

즉, mlb중계든 야구중계사이트든, 시즌 시작 직전에 “정규시즌 몇 시 시작이야?”를 뒤늦게 찾는 것보다, 발표된 일정 흐름을 한 번에 확인하고 들어가면 마음이 편해져요. 특히 한국 시차 때문에 일정이 새벽으로 밀리면, 미리 계획을 세우는 게 답입니다.

야구중계사이트를 쓸 때, 제일 먼저 봐야 하는 기준이 있다

사람들이 야구중계를 보려고 야구중계사이트에 들어가면, 보통 제일 먼저 하는 게 “오늘 경기 있는지”예요. 그런데 여기서 한 번만 더 기준을 세워두면 실수가 줄어듭니다.

KBO 공식 일정과 스코어보드는 별도로 운영되고, MLB도 공식 스케줄 페이지가 따로 있어요. 즉, 중계 화면에서 보는 시간표가 아니라 “리그 공식 일정/스코어보드 표기”가 1차 기준이 되어야 안전합니다.

그리고 KBO는 시즌 중 운영 조정 공지가 따로 올라오는 편이니까, 야구중계사이트 표기만 믿기보다 KBO 쪽 공지를 같이 확인하는 게 좋아요. 클리닝타임 확대 같은 운영 변화는 “생각보다 늦게 시작”처럼 체감으로 돌아오거든요. 이걸 한두 번 겪으면 바로 알게 되는 영역이고요.

햇갈림 줄이는 체크 루틴 (짧게, 실전용)

여기부터는 진짜로 도움 되는 루틴만 딱 정리할게요. 리스트를 써야 의미가 분명한 부분이라, 딱 한 번만 체크리스트 형태로 갈게요.



1. 먼저 KBO는 3월 28일 개막, MLB는 3월 25일 개막 날짜를 캘린더 기준으로 박아둔다
2. KBO는 720경기 시즌이라 하루 단위로 찾지 말고, 주 단위로 “이번 주에 몇 경기 보는지”를 정한다
3. KBO 경기개시 시간 변경이나 운영 조정 공지가 있으면 그 주의 시작 시간을 다시 확인한다
4. MLB는 한국과 뉴욕 시차 13시간을 기준으로 “새벽, 오전 편성”을 받아들일 준비를 한다
5. 야구중계사이트에서는 리그 공식 일정과 표시된 시간을 한 번만 대조해보고 들어간다

이 루틴만 지켜도, “오늘 경기 없는 줄 알았는데 있었네” 같은 낭비가 줄어요. 야구중계는 결국 반복해서 보는 게임이라, 이런 작은 손실이 누적되면 스트레스가 커지거든요.

방송에서 볼만한 포인트를 ‘경기 수’와 연결해서 생각하기

KBO는 2026 정규시즌 총 720경기, MLB는 구단당 162경기 구조라서, 중계 볼거리 자체는 계속 나옵니다. 그런데 볼거리를 “아무거나 틀면 됨”으로 접근하면 재미가 뚝 떨어져요. 저는 보통 볼거리를 “조건”으로 묶어 생각합니다.

예를 들어 KBO에서는 경기 개시 시간과 평균 경기시간 같은 정보가 있는 만큼, 특정 시간대에 맞춰서 경기 길이가 유리한 날을 고르면 만족도가 올라가요. 반대로 MLB는 한국 시차 때문에 내가 볼 수 있는 시간대가 사실상 제한되니까, 그 시간대에서 어떤 팀 경기 흐름이 이어지는지에 더 집중하게 됩니다.

그리고 개막전은 상징성이 큰 편이라, KBO 개막이 3월 28일 여러 구장에서 열리고, MLB는 3월 25일 양키스와 자이언츠 단독 개막전으로 시작한다는 사실 자체가 “시즌의 리듬”을 잡아주죠. 처음에 시즌 리듬을 잡아두면, 그 뒤로는 같은 리그라도 경기 선택이 훨씬 편해집니다.

“오늘 경기 봐야 하나” 판단하는 법, 결국 일정 관리 싸움

야구중계는 컨디션 싸움이기도 해요. 새벽에 MLB를 챙겨보는 날은 특히 더 그렇고요. 그래서 저는 이렇게 판단하는 편입니다.

KBO는 일정 수가 많으니, 오늘 반드시 무조건 봐야 한다는 부담을 줄일 수 있어요. 반면 MLB는 한국 기준 새벽이나 오전이 되는 경우가 많으니, 오늘을 건너뛰면 며칠 동안 “기다렸던 경기”가 밀릴 수 있거든요.

이 차이를 알고 들어가면, 같은 야구중계인데도 전략이 달라집니다. KBO는 “선택적으로 깊게”, MLB는 “시간대에 맞춰 꾸준히” 같은 방식이 자연스럽게 나오더라고요. 물론 이건 개인 성향이라 정답은 없고, 결국 스케줄을 어떻게 보느냐가 성패를 가릅니다.

KBO 720경기, MLB 정규시즌과 같이 보면 생기는 장점

KBO와 MLB를 같이 보면 장점이 있어요. 하나는 “맞물림”이에요. KBO 시즌은 3월 28일 개막이고, MLB는 3월 25일 개막이니까 시즌 시작 자체가 엄청 겹치죠. 즉, 3월 중후반부터는 거의 매일 야구중계 기회가 생깁니다.

두 번째 장점은 “체감 피로 분산”이에요. 내가 MLB 새벽 경기를 힘들어하는 날엔 KBO 저녁 경기로 넘어가면 리듬이 유지됩니다. 반대로 KBO 경기 운영 조정이나 경기 길이 때문에 텐션이 떨어지는 날엔 MLB로 바꿔서 가져가기도 편해요.

이런 식으로 야구중계를 “한 리그에 올인”하지 않고 섞어보면, 총 720경기 같은 긴 시즌이 덜 지루해집니다.

마지막으로, 공식 일정이 ‘원점’이 되게 만들기

야구중계사이트에서 보이는 편성은 보기 편하지만, 결국 원점은 리그 공식 일정과 스코어보드입니다. KBO는 공식 일정/스코어보드가 따로 있고, MLB도 공식 스케줄 페이지가 따로 운영돼요. 여기에 KBO는 경기 개시 [mlb중계](#) 시간 변경 같은 운영 공지가 더해질 수 있고요.

그래서 저는 이렇게 생각해요. 공식 페이지를 “습관처럼 확인하는 10초”가 쌓이면, 시즌 내내 불필요한 확인과 농침이 크게 줄어요. 2026처럼 KBO 정규시즌이 총 720경기로 길게 이어지는 해일수록 이게 더 체감됩니다. 결국 중계 볼거리는 많지만, 내 시간을 지키는 사람이 이기는 거죠.

다시 한 번 핵심만, 어디부터 잡고 들어가면 좋을까

마지막은 또 한 번 짧게, 이번엔 두 번째이자 마지막 리스트로만 정리할게요. 이건 “다음 행동”을 정하는 목적이라 꼭 필요하다고 느껴지는 범위만 담겠습니다.

1. KBO는 2026년 3월 28일 개막, 정규시즌 총 720경기 흐름을 캘린더에 먼저 깎다
2. 올스타는 7월 11일 토요일로 표시해 시즌 중간 리듬을 미리 맞춘다
3. KBO는 경기개시 시간 변경이나 클리닝타임 확대 같은 운영 조정 공지가 뜨는지 같이 본다
4. MLB는 3월 25일 개막(양키스 vs 자이언츠)과 한국-뉴욕 시차 13시간을 기준으로 시청 시간을 정한다
5. 야구중계사이트는 편한 화면으로 참고하되, 리그 공식 일정 표기를 기준으로 시간을 대조한다

이렇게만 잡아두면, 2026년 야구중계는 훨씬 덜 복잡해져요. 보고 싶은 날을 “찾는” 시간이 아니라 “즐기는” 시간으로 바꾸는 게 핵심입니다.

원하면, 네가 주로 보는 시간대(예: 평일 저녁, 주말 낮, 새벽만 가능)랑 보는 리그(KBO 위주인지 MLB 위주인지)만 말해줘. 그 기준으로 2026년 3월부터 “현실적으로 이어 보기 좋은” 방식으로 더 구체적인 시청 전략을 같이 짜줄게.