

MLB 정규시즌이 162경기라는 건 다들 한 번쯤 들어봤을 텐데, 막상 “그럼 2026년엔 정확히 뭐가 어떻게 돌아가?”라고 물으면 흐릿해지는 부분이 있어요. 특히 일정 표를 볼 때 시간대가 섞이고, 순위가 어떻게 포스트시즌으로 연결되는지 감이 안 잡히면 야구중계 보러 가는 타이밍도 헷갈리더라고요.

그래서 이번 글은 2026년 MLB 정규시즌 포맷을 중심으로, 야구중계 하는 입장에서 일정과 순위, 그리고 포스트시즌 진입이 어떻게 이어지는지 “한눈에” 정리해볼게요. 중간중간 야구중계사이트 고를 때 실전에서 막히는 지점도 같이 적어둘게요. 키워드도 자연스럽게 섞겠습니다. 야구중계, mlb중계, 야구중계사이트 전부요.

2026 MLB 정규시즌, 핵심은 162경기

MLB의 정규시즌은 162경기 체제로 운영돼요. 이게 중요한 이유는 단순히 “경기가 많다”가 아니라, 순위 싸움이 길게 이어진다는 뜻이거든요.

162경기는 시즌 전체를 통째로 생각해야 해요. 한 달 정도 감이 확 죽었다가도, 다음 달 반등하면 순위와 승률에 바로 반영될 수 있는 구조가 되죠. 그래서 야구중계 볼 때도 “오늘 한 경기만 보면 끝”이 아니라, 일정 흐름 속에서 팀 컨디션이 어떻게 누적되는지 같이 보게 됩니다.

그리고 2026년 일정은 이미 정해진 출발점이 있어요. 2026 정규시즌은 2026년 3월 25일(수) 샌프란시스코 자이언츠 vs 뉴욕 양키스 경기로 시작한다고 MLB가 발표했어요. 이 경기로 시즌이 본격적으로 열리면, 이후에는 일정 페이지와 순위 페이지가 공식적으로 업데이트되는 흐름으로 [오늘 mlb중계](#) 시즌이 굴러갑니다.

“몇 시에 해요?” 시간대부터 잡아야 mlb중계가 편해짐

한국에서 mlb중계 챙겨보려면 시간대가 진짜 핵심이에요. MLB 일정 표기는 보통 ET(미국 동부시간) 기준으로 나와요. 한국은 보통 13시간 차이가 난다고 보면 됩니다.

예를 들어, MLB 일정에 ET 기준으로 저녁 시간대가 찍혀 있으면 한국에서는 그보다 상당히 늦은 시간에 잡히는 경우가 많아요. “대충 한 12시간 차이겠지” 하고 봤다가 놓치는 일이 생기거든요. 그래서 저는 습관적으로 이렇게 확인합니다.

- 먼저 일정에 ET로 표기된 시간을 그대로 확인한다
- 한국시간(KST)으로는 보통 13시간을 더하거나 빼서 감 잡는다
- 실제 시작 전에 야구중계사이트에서 방송 시작 타임을 한 번 더 확인한다

이렇게 한 번만 굳히면, 이후에는 야구중계 고를 때 스트레스가 확 줄어요.

여기서 중요한 건 “대략”으로만 처리하면, 라이브로 보고 싶은 날에는 타이밍이 어긋날 수 있다는 점이에요. MLB 일정 표기 방식이 ET 중심이라면, 최소한 시차 계산은 고정 루틴으로 가져가는 게 편합니다.

순위는 어떻게 포스트시즌으로 연결될까

MLB 정규시즌이 162경기면, 그 다음이 진짜 궁금해져요. “이렇게 긴 시즌 끝나면 누가 어떻게 가는 거야?” 이 질문에 답하려면 순위 페이지를 봐야 합니다.

공식 순위 페이지에는 포스트시즌 구조가 안내돼 있어요. 2026 시즌 기준으로는 지구 우승팀들 중 상위 2팀이 디비전시리즈로 직행하고, 나머지 4팀은 와일드카드 시리즈를 치르는 구조로 안내됩니다.

즉, 정규시즌에서 중요한 건 단순히 “가장 위”가 아니라, 지구 우승팀들 사이에서도 순위가 갈리는 지점이 있다는 거예요. 그 말은 야구중계 보면서 “우리가 지금 와일드카드가 아니라, 디비전시리즈로 직행할 수 있는 상위권에 있는지” 같은 관점을 갖게 만든다는 뜻입니다.

162경기 체제에서 포인트는 ‘누적’과 ‘타이밍’

162경기를 시즌 전반, 중반, 후반으로 나눠서 생각하면 이해가 쉬워져요. 물론 정확한 구간 운영 기준 같은 건 팀마다 다를 수 있지만, 야구중계 보는 사람 입장에서는 체감이 비슷합니다.

시즌 초반에는 “선발 로테이션이 돌아가는지, 불펜이 길게 버티는지, 팀이 어떤 전력인지”가 드러나고, 중반에는 “상대 일정이 겹치는 구간에서 승수가 어떻게 쌓이는지”가 보이죠. 시즌 후반으로 가면 결국 순위와 직접 연결되는 [야구중계](#) 경기가 많아져서, 같은 경기라도 긴장감이 달라집니다.



특히 MLB는 162경기라서 포스트시즌 진입이 가까워지는 시점이 생각보다 오래 이어져요. 그래서 중간중간 “이 시리즈에서 얼마나 벌어야 되나”가 머릿속에 계속 남습니다. 이게 야구중계 재미를 더 키우는 부분이기도 해요.

야구중계사이트 고를 때, 공식 일정과 ‘연동되는지’가 먼저

여기서부터는 진짜 실전 얘기에요. 야구중계사이트를 고를 때 많은 사람이 화면 화질이나 자막 스타일을 먼저 보는데, 제 경험상 그건 두 번째고 첫 번째는 “일정이랑 방송이 맞물리나”예요.

MLB 공식 일정 페이지에서는 경기 시간과 함께 중계 정보를 제공해요. KBO처럼 구성이 동일하다고 단정할 수는 없지만, 최소한 MLB 일정 페이지에서 기본 정보가 업데이트된다는 점은 확인할 수 있어요. 그리고 KBO의 경우도 공식 일정 페이지에서 경기별 시간, 중계 채널, 장소를 확인할 수 있어서, 야구중계사이트 선택할 때 검증 기준으로 삼기 좋다는 흐름이 있어요.

MLB도 마찬가지로, 일정과 실제 방송이 어긋나면 그날은 그냥 놓치는 게임이 되니까요.

제가 야구중계사이트에서 체크하는 건 이런 것들이에요.

- 일정 페이지의 경기 시작 시간(ET 표기)을 기준으로 시차를 계산해 본다
- 방송 시작 시각이 실제 경기 시작과 맞는지 확인한다
- 중계 채널이 일정에 나온 “Where to watch” 계열 정보와 충돌하지 않는지 본다
- 우천 취소나 연기 같은 변수가 생기면 업데이트가 반영되는지 본다

이 중에서 특히 1번과 2번이 제일 중요해요. ET 기준 시간을 한국 시간으로 바꾸는 데서 한 번이라도 헛갈리면, 아무리 좋은 야구중계 플랫폼을 써도 시청 타이밍이 어긋납니다.



정규시즌 시작일이 주는 의미, 3월 25일이 왜 중요하냐

2026 정규시즌은 3월 25일(수)에 샌프란시스코 자이언츠 vs 뉴욕 양키스 경기로 시작해요. 이 날이 중요한 이유는 딱 하나예요. 시즌 첫 경기 이후로 일정과 순위가 본격적으로 굴러가기 시작한다는 점이죠.

야구중계 입장에서는 “첫 주에 팀 전력이 어느 정도인지”를 가늠하게 되는 시기예요. 그리고 MLB는 162경기 체제니까, 첫 주의 느낌이 전부는 아니어도, 시즌 전체 흐름을 보는 기준점이 생깁니다.

또 양키스 같은 팀은 시즌 초반에도 화제가 커지기 쉬운데, 이런 경기부터 시작되는 구조면 시청자 입장에서도 mlb중계 관심이 자연스럽게 유지돼요. 중요한 건 “첫 경기로 시즌이 시작된다”는 사실 자체가 아니라, 그 이후 일정 페이지를 기준으로 계속 따라가기 편해진다는 점입니다.

순위 페이지를 볼 때, ‘지구 우승팀 상위 2팀’ 감각이 필요

포스트시즌 구조가 안내돼 있다 보니, 순위 페이지를 볼 때도 초점이 생겨요. 공식 안내에 따르면 지구 우승팀 상위 2팀은 디비전시리즈로 직행하고, 나머지 4팀은 와일드카드 시리즈로 갑니다.

이 구조를 그냥 “포스트시즌 방식이 이렇구나” 정도로만 알고 있으면 정보는 들어오지만, 실제로 경기 선택에 쓸모가 덜할 수 있어요. 대신 순위표를 볼 때 이렇게 생각하면 훨씬 실용적입니다.

- 우리 팀이 지구 우승 경쟁권에 있는지
- 지구 우승팀들 사이에서 상위 2팀에 가까워지고 있는지
- 아니라면 와일드카드 루트에서 “어느 구간”을 겨냥해야 하는지

이게 야구중계 챙기는 사람 입장에서 체감 차이를 만들어요. 같은 승수라도 시즌 후반에 어떤 경기를 이기면 심리적으로 더 크게 작동하는지, 그게 구조로 연결되거든요.

정리해보면, 2026 MLB는 이렇게 따라가면 덜 헤멤

MLB 중계를 제대로 챙기려면 결국 “공식 일정과 순위를 기준으로 흐름을 따라가는 능력”이 필요해요. 162경기 체제라서 더 그렇고요. 오늘 경기 하나만 보는 사람도 결국 시즌 중반 넘어가면 관심이 순위로 이동하기 마련입니다.

그래서 제 추천은 단순합니다. 처음에는 일정 페이지에서 시작 시간을 확인하고, 한국 시간 변환을 습관으로 만들고, 순위 페이지에서 포스트시즌 구조가 어떻게 연결되는지 감각을 잡는 것.

2026 정규시즌은 3월 25일(수) 자이언츠 vs 양키스 경기로 시작하고, 정규시즌은 162경기로 진행돼요. 그리고 포스트시즌은 지구 우승팀 상위 2팀은 디비전시리즈로 직행, 나머지 4팀은 와일드카드 시리즈로 간다는 방식으로 안내됩니다. 여기에 ET 표기와 한국 시차(보통 13시간)를 고려하면, mlb중계 타이밍이 훨씬 정리됩니다.

야구중계사이트를 고를 때도 결국 “공식 일정 업데이트와 방송 시간 반영이 맞게 굴러가느냐”가 핵심이고요. 화면이 화려한지보다, 당신이 원하는 경기의 시작 시간을 정확히 맞추는지가 더 중요해요. 시즌은 길고, 162경기는 땀세게 쌓이니까요.