

MLB 개막을 기다리는 건 좋은데, 문제는 타이밍이야. 경기 시작 시간이 미국 동부시간(ET)으로 딱 표시돼 있으면, 한국(KST)으로 옮겨 보느라 한 번 더 머리가 돌아가거든. 특히 개막전은 사람들이 동시에 몰려서 더 헷갈리기 쉽고, 어디서 틀어야 하는지도 일정에서 바로 확인해야 꿀김이 덜해요.

이 글은 KST로 MLB 개막 시점을 “현실적으로” 환산해 보는 방법을 정리해볼게. KBO 일정도 같이 보고 있다면, KBO와 MLB가 다른 리듬으로 굴러간다는 점까지 곁들여서 판단 기준도 만들어줄게.

KST 환산이 필요한 이유, 한 줄로 정리하면 “ET 기준 일정”

MLB 공식 일정은 보통 미국 동부시간 표기인 ET로 경기 시간이 안내돼 있어요. 그러니까 한국에서 보려면 KST로 바꿔서 봐야 해요. 그리고 한국과 미국 동부의 시차는 보통 13시간으로 알려져 있죠. 여기서 “보통”이라고 한 이유는, 항상 똑같이 13시간이라고 외우기보다 일정 페이지에 찍힌 ET 시간을 기준으로 환산하는 습관이 제일 안전하거든요.

내가 실제로 야구를 보다 보면, 개막 시즌 초반에 사람들 사이에서 “어제 봐야 했는데 오늘이더라” 같은 말이 종종 나와요. 그 대부분은 시차 환산을 하긴 했는데, 날짜가 하루 밀린 걸 놓친 경우가 많았어요. 그래서 환산은 단순히 시각만 옮기는 게 아니라 “날짜가 어디로 넘어가는지”까지 같이 봐야 정확해요.

개막 자체도 감각이 달라요, KBO와 MLB는 시즌 운영이 다름

개막을 기다릴 때, KBO만 보다가 MLB를 같이 시작하면 타이밍 감각이 바로 안 잡히는 경우가 있어요. 이유가 간단해요.

- KBO는 2026년 정규시즌이 팀당 144경기, 총 720경기로 편성돼 있고, 개막일은 2026년 3월 28일(토)으로 안내돼요. 개막전은 상위 5개 팀 홈구장에서 열린다고 되어 있죠.
- MLB는 2026 정규시즌이 162경기 체제고, 2026년 3월 25일(수)에 샌프란시스코 자이언츠 vs 뉴욕 양키스 경기로 시작한다고 MLB가 발표했어요.

즉, 둘 다 3월 말에 개막하긴 하는데 경기 수와 리듬이 달라서, “개막 경기 하나”를 보더라도 이후 며칠간 이어지는 흐름이 완전히 달라져요. KST 환산을 잘해도, 일정 자체를 잘못 잡으면 결국 내가 보고 싶은 경기를 놓칠 수 있거든요.

MLB 개막 시점 환산의 핵심 공식: ET + 13시간, 그리고 날짜 넘김 체크

MLB 일정 표기는 ET 기준이에요. 한국에서는 보통 시차가 13시간이니까 환산은 이렇게 잡으면 됩니다.

- 기본값은 $KST = ET + 13시간$

여기서 중요한 포인트는 “시각만 더하고 끝”이 아니라, 더하고 나서 날짜가 바뀌는지까지 같이 보라는 거예요. 예를 들어 ET 시간이 오후 10시대면, KST로 옮기면 다음 날 새벽이 되잖아요. 반대로 ET가 오전 이른 시간대면 KST는 전날 밤이 될 수 있고요.

내가 야구중계를 자주 봐서 느낀 건데, 이런 날짜 넘김 체크가 사람을 제일 자주 헷갈리게 해요. 특히 주말 전후나 “오늘이 개막전이라던데?” 같은 대화가 섞일 때, 한 시간 차이도 아닌 날짜 차이 때문에 일정이 틀어지기도 해요.

그래서 추천하는 방식은 “환산 결과에서 날짜를 먼저 고정하고, 그 안에서 시간을 확인”하는 겁니다. 마음이 편해져요.

실제로 어떻게 확인하냐가 더 중요해요: 일정 페이지에서 ET를 먼저 잡기

환산은 ET 시간을 정확히 읽는 것부터 시작해요. MLB 일정 페이지에서 해당 경기의 경기 시간이 ET로 표시돼 있으니, 거기서 ET 값을 먼저 캡처하거나 메모해두고, 그 값을 KST로 바꾸면 돼요.

이 과정에서 야구중계사이트나 앱을 같이 보더라도, 나는 “출발점은 공식 일정의 ET 시간”으로 잡는 쪽을 추천해요. 이유는 간단해요. 어떤 중계 안내는 화면에서 KST로 바꿔 보여줄 때도 있는데, 그 기준이 어디서 계산했는지 애매한 경우가 생길 수 있거든요. 반면 공식 일정의 ET 표기에서 출발하면, 환산 로직이 흔들릴 여지가 줄어요.

개막전(3/25)처럼 시작이 빠른 날은 “내일 경기인가 오늘 경기인가”를 먼저 보자

MLB 개막전은 2026년 3월 25일(수)로 시작한다고 발표돼 있어요. 여기서부터가 초반에 헛갈리는 구간이에요. 한국 기준으로로는 같은 “개막전”이라도 날짜가 넘어가는 경우가 생길 수 있어요.

그래서 개막전 볼 때는 이런 순서로 마음을 잡아두면 좋아요.

- 1) 일정에서 ET 날짜와 시간을 확인
- 2) KST로 옮길 때 “다음 날이 되는지” 먼저 확인 3) 중계는 KST 기준으로 맞춰 준비

이렇게 하면 예매나 시청 준비가 한 박자 덜 늦어요. 특히 야구중계사이트를 통해 시청하려면, 경기 시작 직전의 접속 스트레스도 줄어드는 편이거든요. (이건 경험상 체감이에요. 경기가 중요한 날일수록 사람들이 몰리니까요.)



KBO도 같이 보면 더 유리해요: 둘을 비교하면서 감각을 잡는 법

KBO는 3월 28일(토) 개막이고, MLB는 3월 25일(수) 개막이에요. 이 말은 즉, MLB가 KBO보다 며칠 먼저 불이 붙는다는 뜻이죠. 사람들 입장에서는 “MLB 한 경기라도 먼저 보고 싶다”가 많아요. 나도 그래서 보통은 MLB 개막이 시작되는 주간에 KBO 개막 준비까지 같이 체크해요.

여기서 좋은 점은 뭘까요? KBO는 국내 경기 운영이라 시간대 감각이 익숙하고, MLB는 ET 환산만 정확히 하면 돼요. 그러면 전체 시즌 관성이 빨리 생겨요. 내가 요즘 컨디션이 어떤지에 따라 KBO를 먼저 볼지, MLB를 먼저 볼지 선택할 여지가 생기죠.

또 KBO는 일정 페이지에서 경기별 시간과 TV/RADIO, 장소를 확인할 수 있게 안내돼 있어요. 이런 정보가 있으면 “오늘은 어디서 틀지” 같은 현실적인 선택이 쉬워져요. MLB도 일정 페이지에서 “Where to watch” 같은 시청 관련 안내가 함께 나오는 구조로 안내돼요. 결국 둘 다 결국은 일정 기반으로 움직여야, 야구중계사이트를 헤매는 시간이 줄어듭니다.

야구중계사이트 고를 때, 환산 팁과 같이 봐야 하는 포인트

KST 환산만 정확하면 끝일 줄 알았는데, 실제로는 “중계가 실제로 어떤 시간에 맞춰 열리는가”가 붙어야 마무리가 돼요. 그래서 야구중계사이트를 볼 때도 단순히 “MLB 중계 가능”만 보고 들어가면 안 되고, 일정과 채널이 맞물리는지 확인하는 습관이 필요해요.

아래는 내가 체크하면서 실패를 줄인 방식이에요. 너무 복잡하지 않고, 딱 필요한 것만 고른 거라 부담도 적습니다.

- 공식 일정에서 ET 시간 확인
- 환산한 KST 날짜와 시간을 먼저 확정
- 중계 안내가 KST 기준으로 일치하는지 확인
- 우천 취소나 연기 같은 변수가 있는지 일정에서 같이 체크
- “어디서 보는지”가 명시돼 있는지 확인 (Where to watch, TV/RADIO 등)

이 다섯 가지는 거창해 보이지만, 실제로는 “시청 준비 시간을 줄이고, 놓치는 경기 수를 줄이는” 쪽에 더 가깝습니다.

환산할 때 자주 생기는 실수들, 그리고 피하는 말 한마디

야구를 보다 보면 실수는 늘 생겨요. 문제는 실수를 해도 빨리 바로잡느냐, 한 번 꼬이면 하루가 통째로 날아가느냐 차이죠. 대표적인 실수는 이런 결이 있어요.

첫째, ET 시간은 정확히 봤는데 KST로 옮기며 날짜를 놓치는 경우. 예를 들어 환산 결과가 “새벽”이면 다음 날로 넘어간다고 생각하고, 그 날짜를 메모해두면 실수가 확 줄어요.

둘째, 환산은 대충 계산했는데, 실제 중계 안내는 KST 기준으로 새로 정리돼 있을 수 있다는 점을 놓치는 경우. 이때는 “공식 일정의 ET에서 출발해서 내 KST로 재확인”만 해도 흔들림이 줄어요.

셋째, KBO와 MLB를 같이 보다 보니, 내가 지금 보는 경기가 어떤 리그인지 잠깐 섞이는 경우. 이건 사람이니까 생겨요. 그래서 시즌 초에는 캘린더나 알림을 만들 때 리그명을 같이 적어두는 [야구중계사이트](#) 게 도움 됩니다. 딱 한 줄만 써도 다음날 헷갈릴 확률이 줄어들어요.

개막 시즌에는 포스트시즌 구조도 ‘환산 감각’에 영향을 줘요

이건 시계 변환 이야기랑 무관해 보일 수 있는데, 실제로는 연속 시청 계획을 세울 때 영향을 줘요. MLB는 정규시즌 이후 포스트시즌 구조가 지구 우승팀과 와일드카드로 나뉘고, 2026 순위 페이지에서 그 흐름이 안내돼요. 특히 지구 우승팀 상위 2팀은 디비전시리즈로 직행하고 나머지 팀들은 와일드카드 시리즈를 치른다고 안내돼 있죠.



즉, 개막 시점을 정확히 잡는 건 “단 하루 시청”만이 아니라, 시즌 중에 결과를 추적하고 포스트시즌까지 연결하는 계획에도 영향을 줍니다. 내가 매일 결과를 볼 때, KST 기준으로 업데이트되는 타이밍이 중요해지거든요. 이걸 환산 공식이 단단해질수록 따라가기 쉬워져요.

결론 대신, 바로 써먹는 한 가지 팁

MLB 개막전(3/25 시작)처럼 ET 기준 일정이 붙는 순간부터는, “ET + 13시간”이라는 기본 공식만 믿고 끝내면 실수가 늘 수 있어요. 대신 일정 페이지에서 ET 시간을 정확히 읽고, KST로 옮기면서 날짜 넘김을 같이 체크해보세요. 그게 결국 야구중계사이트를 찾아 헤매는 시간을 줄여줍니다.

그리고 KBO도 같이 보고 있다면, 3월 28일(토) 개막이라는 기준만 머릿속에 두고, MLB 개막부터 리듬을 잡아두는 게 좋아요. 같은 3월이라도 경기 수와 시즌 흐름이 달라서, 처음 며칠이 쌓이면 전체 관전이 훨씬 편해지거든요.

원하면, 네가 보는 MLB 일정 화면에서 ET로 표시된 개막전 시작 시각을 [mlb중계](#) 그대로 적어줘요. 그러면 KST로 언제가 되는지, 날짜가 어디로 넘어가는지까지 같이 딱 맞춰서 계산해줄게.