



Deutscher Iaido Bund e.V.

ドイツ居合道連盟

## Die richtige Schwertlänge

Wenn sich ein Iaidōka zum ersten Mal ein Iaitō bestellt, ist die richtige Schwertlänge eines der wichtigsten Kriterien. Es gibt viele Hinweise, nicht zuletzt auf den Bestellseiten von Online-Händlern, wie man die korrekte Schwertlänge ermittelt. Leider führen viele davon oft zu einem falschen Ergebnis. Anthropologischen Studien zufolge liegt einer der Gründe an unterschiedlichen körperlichen Proportionen von Japanern und Europäern, insbesondere dem Verhältnis von Beinlänge zu Rumpf. Europäer haben im Verhältnis zum Oberkörper in der Regel längere Beine als Japaner. Deshalb können alle Empfehlungen, die sich auf die Körpergröße beziehen, nur zu einem groben Ergebnis führen. Deutsche und europäische Schwerthändler haben die japanischen Tabellen für Körpergröße und Klingenslänge übernommen.

Besonders fragwürdig ist folgende Anleitung, die sich leider hartnäckig hält:

*Ein „Probe“-Schwert in die Hand nehmen, dann das Schwert seitlich locker am Griff bei gestrecktem Arm halten. Sollte die Spitze nun exakt über dem Boden schweben und das Schwert sich frei hin und her bewegen lassen, ohne den Boden zu berühren, ist die Länge ok.* Alle Menschen sind auch in ihren Körperproportionen unterschiedlich. Es gibt Abweichungen bei der Armlänge von bis zu 20 cm bei gleicher Körpergröße. Die oben angeführte Empfehlung hat dann einen gegenteiligen Effekt. Jemand mit langen Armen würde ein kurzes Schwert kaufen und umgekehrt.

Man muss sich bewusst machen, dass in erster Linie die Länge der Arme entscheidend ist, das richtige Maß zu ermitteln. Auch kann die Breite des Körpers sowohl an den Schultern als auch an den Hüften dieses Maß mit beeinflussen.

Hier nun die unserer Meinung nach beste Empfehlung:

Zunächst muss der Iaidō-Beginner Iai-Kleidung tragen. Das Iaitō eines Übungskollegen mit ähnlicher Körpergröße wird in den Obi gesteckt. Nachdem das Schwert gezogen wurde, wird nun ein möglichst korrektes Nōtō ausgeführt, welches der Übungsleiter überwachen sollte. Dabei darf weder der Oberkörper nach vorne gebeugt werden, noch darf die Hüfte nach hinten ausweichen. Auch darf der Oberkörper hierbei nicht (wie bei Nukitsuke) abgedreht werden; der Schultergürtel bleibt unbewegt. Es ist ein starkes Sayabiki auszuführen. In der größten Extension ist darauf zu achten, dass das vordere Glied des rechten kleinen Fingers gerade noch auf der „Schneidenseite“ des Griffes liegt. Wenn das Nōtō unter Berücksichtigung aller oben genannten Punkte ausgeführt werden kann, ist diese Klingenslänge zu empfehlen.

Rudi Müller mit Unterstützung von Sylvia Ordynsky

27.04.2026