DE LANGSTE DAG

GIRAV

PERSBERICHT
Voor directe publicatie

Amsterdam, dinsdag 16 juni 2026

Onderzoek onthult: de ideale lengte voor de Nederlandse man ligt tussen 1,85 en 1,89 meter

In aanloop naar de langste dag van het jaar onderzocht kledingmerk Girav hoe Nederlandse mannen hun lengte ervaren met een opvallende conclusie: vanaf 1,90 meter wordt de wereld nét te krap

AMSTERDAM, 16 juni 2026 Lang zijn geldt als een voordeel, maar er blijkt een duidelijke sweet spot te bestaan. Uit nieuw onderzoek van kledingmerk Girav onder ruim 1.350 Nederlanders blijkt dat mannen tussen de 1,85 en 1,89 meter het beste van twee werelden hebben: wél de praktische en sociale voordelen van lengte, zonder de dagelijkse ongemakken die boven de 1,90 meter beginnen. Al bewijst het onderzoek meteen dat die ongemakken niemand hoeven te remmen: met zijn 1,95 meter is schaatser Jenning de Boo door lange mannen verkozen tot grootste stijlinspiratie én bij vrouwen staat hij in de top 3 van aantrekkelijkste lange Nederlanders. Voor Girav, dat al vijftien jaar kleding maakt voor mannen die langer zijn dan gemiddeld, is de timing van het onderzoek geen toeval. Het merk roept Nederland op om de langste dag van het jaar, aanstaande zondag 21 juni, dit jaar eens écht te vieren.

De ideale lengte: 1,85 tot 1,89 meter

Mannen van 1,85 tot 1,89 meter zijn met afstand het meest tevreden over hun lengte: **77% wil precies zo lang blijven als ze nu zijn.** Ter vergelijking: van de mannen onder de 1,85 meter is slechts 41% tevreden, 42% van hen zou er graag zo'n 5 centimeter bij krijgen en 16% zelfs 10 centimeter of meer. Boven de 1,90 meter blijft de meerderheid (72%) tevreden, maar daar draait de wens van richting om: als enige groep zou bijna een kwart (24%) best een paar centimeter inleveren. Niet omdat lang zijn niet bevalt, maar omdat de wereld om hen heen vaak nét te krap blijkt.
Waarom zit juist tussen 1,85 en 1,89 meter de sweet spot? De cijfers wijzen op een simpele verklaring: deze mannen plukken alle vruchten van lengte, maar lopen nog niet tegen de grenzen aan van een wereld die op 'gemiddeld' is gebouwd.

De voordelen zijn er volop. Lange mannen noemen vooral praktisch gemak: spullen van hoge planken pakken (30%) en goed zicht in menigten bij evenementen (28%). Op concerten en festivals voelt een derde (33%) zich vooral prettig dankzij het goede zicht.

Ook in de liefde telt lengte mee. Van de ondervraagde vrouwen wil 61% liever een partner die langer is dan zijzelf. Vrouwen met een partner langer dan 1,85 meter noemen als grootste pluspunten een gevoel van veiligheid en bescherming (59%) en simpelweg: het is aantrekkelijk (51%). De mannen zelf blijven er nuchter onder: 44% denkt dat hun lengte 'waarschijnlijk wel' helpt bij daten, maar heeft er nooit bewust op gelet.

En status? Bijna de helft van de Nederlanders (44%) denkt dat lange mannen maatschappelijke voordelen genieten, vooral op het vlak van status en gezag. Opvallend genoeg herkennen de lange mannen dat zelf nauwelijks: 77% zegt zich op het werk nooit bevoordeeld óf benadeeld te voelen door zijn lengte.

Boven de 1,90 meter is de wereld nét te krap

Niet de lange man is het probleem, de wereld om hem heen is simpelweg ontworpen op de gemiddelde wereldburger. Wie de 1,90 meter passeert, merkt dat dagelijks. De grootste ergernis is met afstand het vliegtuig: **61% van alle lange mannen noemt de structureel te krappe beenruimte.** Ook de auto (24%) en het openbaar vervoer scoren hoog.
Maar nergens wordt het verschil tussen 'lang' en 'heel lang' zo zichtbaar als in de paskamer:

- Van de mannen van 1,85–1,89 meter zegt **52%** zonder problemen kleding te vinden. Boven de 1,90 meter is dat nog maar **20%**, niet omdat er iets mis is met hun postuur, maar omdat standaardmaten daar simpelweg ophouden.
- **37%** van de mannen boven de 1,90 meter ervaart kleding en schoenen kopen als dagelijks ongemak, tegenover 11% van de mannen van 1,85–1,89 meter.
- De kledingstukken die het vaakst tekortschieten voor 1,90-plussers: T-shirts en truien (39%, te kort in mouw of lengte), broeken (39%, te kort in beenlengte) en overhemden en jasjes (37%).

"Dit onderzoek bevestigt precies waarom Girav vijftien jaar geleden is opgericht," zegt Stefan van den Berg, CEO van Girav. "Lang zijn is vooral leuk totdat je een T-shirt zoekt dat niet boven je broeksband eindigt. Daarom maken wij elke maat in drie lengtes. Want de wereld mag dan op gemiddeld gebouwd zijn, je kleding hoeft dat niet te zijn."

Stijlinspiratie: Jenning de Boo op kop

Aan lange mannen is gevraagd wie hen inspireert als het gaat om stijl: 21% kiest schaatser Jenning de Boo (1,95 meter), gevolgd door presentator en fitnesspersoonlijkheid Arie Boomsma (1,98 meter) met 14% en TikTokker en content creator Bram Krikke (1,85 meter) met 13%. Drie mannen die elk op hun eigen manier laten zien dat een groot postuur en een sterk persoonlijk imago prima samengaan.
Ook aan vrouwen werd gevraagd welke bekende Nederlandse man zij het meest aantrekkelijk vinden als het gaat om zijn lengte en uitstraling. Daar voert presentator en danser Jan Kooijman (1,91 meter) de lijst aan, gevolgd door zanger en presentator Jim Bakkum (1,92 meter). En op plek drie opnieuw Jenning de Boo. De schaatser is daarmee de enige die in beide lijstjes voorkomt: stijlvoorbeeld voor lange mannen én aantrekkelijk in de ogen van vrouwen.

21 juni: de langste dag verdient een feestje

Nergens ter wereld zijn mensen gemiddeld zo lang als in Nederland en toch gaat de langste dag van het jaar hier vrijwel ongemerkt voorbij: 66% doet op of rond 21 juni niets bijzonders. Zonde, vindt Girav. Zeker omdat het idee wél aanslaat: **Meer dan de helft van de Nederlanders staat positief tegenover het vieren van de langste dag**, zoals dat in Scandinavië met midzomerfeesten gebeurt. 16% vindt zelfs dat zo'n viering perfect bij Nederland past.

Girav roept Nederland daarom op om aanstaande zondag 21 juni niet ongemerkt voorbij te laten gaan, maar de langste dag van het jaar gewoon eens te vieren met een midzomerborrel, een diner buiten of simpelweg een lange avond in het zonnetje. Want als één land de langste dag van het jaar verdient, dan is het wel het land met de langste inwoners.

Over het onderzoek

Dit onderzoek werd uitgevoerd door onderzoeksbureau Norstat in opdracht van Girav (girav.nl) in mei/juni 2026. De steekproef bestond uit een representatieve NatRep-steekproef van Nederland (n=1.040) en een gerichte boost onder mannen van 1,85 m en langer (n=326). In totaal werden 1.366 respondenten bevraagd. Vrouwen werden ook bevraagd over hun ervaringen met en voorkeuren rondom lange partners. Significantietoetsing vond plaats op 95% betrouwbaarheidsniveau.

Over Girav

Girav is een Nederlands direct-to-consumer kledingmerk voor mannen, vijftien jaar geleden ontstaan vanuit één simpele wens: kleding die perfect past, ook als je langer bent dan gemiddeld. Daarom ontwikkelde Girav een uniek maatsysteem waarbij elke maat in drie lengtes beschikbaar is.