



Anleitung Fritzbox VPN

30.03.2022, 13:50 Uhr

[Andre Hesel](#)

AVM-Router lassen sich als kostenloser VPN-Server nutzen. COMPUTER BILD erklärt, was das FritzBox-VPN bringt – und zeigt, wie es geht.

Inhaltsverzeichnis

- [FritzBox-VPN: Das sind die Vorteile](#)
- [FritzBox: MyFritz einrichten](#)
- [FritzBox-VPN einrichten](#)
- [FritzBox-VPN: Windows 10 und 11 verbinden](#)
- [FritzBox-VPN: iPhone verbinden](#)
- [FritzBox-VPN: Android verbinden](#)
- [FritzBox-VPN: Mac verbinden](#)
- [FritzBox: Wireguard einrichten](#)

Mit einem **virtuellen privaten Netzwerk (VPN)** umgehen Sie unter anderem Ländersperren und schützen sich in öffentlichen WLANs vor Hackern: [Die besten VPN-Dienste](#) finden Sie in unserem großen Vergleichstest. Wer eine FritzBox von AVM besitzt, richtet damit im Handumdrehen ein eigenes kostenloses VPN ein. Dazu muss im Router lediglich die Firmware-Version [Fritz OS 7](#) werkeln und die FritzBox vom Internet-Provider eine herkömmliche IPv4-Adresse erhalten – mit sogenannten [DS-Lite-Anschlüssen](#) klappt es nicht. Wie Sie ein FritzBox-VPN einrichten, erklärt COMPUTER BILD.

Die besten VPN-Anbieter

Testsieger
Platz 1



NordVPN®

[Testnote](#)

[1,4](#)



DIETMAR WALKER - PC-BLITZHELFER - NOTDIENST
Nationalgasse 14 • 72124 Pliezhausen • Tel. 07127 / 890 729 - Fax 89118
Internet: <http://www.pc-blitzhelfer.de> – Mobil 0172-882 79 55

sehr gut

NordVPN

[NordVPN](#)

Zum Angebot

[Zum Angebot](#)

Preis-Leistungs-Sieger

Platz 2



Surfshark

[Testnote](#)

[1,5](#)

[gut](#)

Surfshark

[Surfshark](#)

Zum Angebot

[Zum Angebot](#)

Platz 3



ExpressVPN



DIETMAR WALKER - PC-BLITZHELFER - NOTDIENST
Nationalgasse 14 • 72124 Pliezhausen • Ø Tel. 07127 / 890 729 - Fax 89118
Internet: <http://www.pc-blitzhelfer.de> – Mobil 0172-882 79 55

[Testnote](#)

[1,7](#)

[gut](#)

ExpressVPN

[ExpressVPN](#)

Zum Angebot

[Zum Angebot](#)

Platz 4



[Testnote](#)

[1,9](#)

[gut](#)

Proton Technologies

[ProtonVPN](#)

Zum Angebot

[Zum Angebot](#)

Platz 5



DIETMAR WALKER - PC-BLITZHELFER - NOTDIENST
Nationalgasse 14 • 72124 Pliezhausen • Tel. 07127 / 890 729 - Fax 89118
Internet: <http://www.pc-blitzhelper.de> – Mobil 0172-882 79 55



[Testnote](#)

[1.9](#)

[gut](#)

Hide.me

[Hide.me VPN](#)

Zum Angebot

[Zum Angebot](#)

Platz 6



CyberGhost

[Testnote](#)

[2.2](#)

[gut](#)

CyberGhost

[CyberGhost VPN](#)

Zum Angebot



DIETMAR WALKER - PC-BLITZHELFER - NOTDIENST
Nationalgasse 14 • 72124 Pliezhausen • Tel. 07127 / 890 729 - Fax 89118
Internet: <http://www.pc-blitzhelfer.de> – Mobil 0172-882 79 55

[Zum Angebot](#)

Platz 7



[Testnote](#)

[2.3](#)

[gut](#)

Private Internet Access

[Private Internet Access](#)

Zum Angebot

[Zum Angebot](#)

Platz 8



[Testnote](#)

[2.3](#)

[gut](#)

Windscribe

[Windscribe](#)



DIETMAR WALKER - PC-BLITZHELFER - NOTDIENST
Nationalgasse 14 • 72124 Pliezhausen • Tel. 07127 / 890 729 - Fax 89118
Internet: <http://www.pc-blitzhelfer.de> – Mobil 0172-882 79 55

Zum Angebot

[Zum Angebot](#)

Platz 9



[Testnote](#)

[2,4](#)

[gut](#)

Golden Frog
[VyprVPN](#)

Zum Angebot

[Zum Angebot](#)

Platz 10



[Testnote](#)

[2,7](#)

[befriedigend](#)



ZenGuard

[ZenMate](#)

Zum Angebot

[Zum Angebot](#)

[Komplette Liste: Die besten VPN-Anbieter](#)

FritzBox-VPN: Das sind die Vorteile

Wer unterwegs eine VPN-Verbindung zur heimischen FritzBox herstellt, hat gleich mehrere Vorteile. Da sich der PC oder das Smartphone de facto im Heimnetzwerk befindet, haben Sie direkten Zugriff auf alle Smart-Home-Geräte, Drucker oder NAS-Festplatten – eben so, als wären Sie zu Hause. Dieser **Heimnetzzugriff** gilt auch für das FritzBox-Einstellmenü, das im Browser über die Website *fritz.box* erreichbar ist und mehr Einstellmöglichkeiten bietet als etwa AVMs MyFritz-App.

FritzApp Fon für Android

[Zum Download](#)

Wer die FritzBox auch zum **Telefonieren** nutzt und eine **Festnetz-Flatrate** hat, telefoniert dank VPN und der FritzApp Fon für Android beziehungsweise iOS auch unterwegs via Festnetz und spart die Mobilfunkkosten.

FritzApp Fon für iPhone/iPad

[Zum Download](#)

Da alle Websites und App-Verbindungen über die VPN-FritzBox in Deutschland geladen werden, eignet sich diese Anleitung auch für das **Umgehen von Ländersperren** im Ausland.

Das sogenannte [Geoblocking](#) wurde 2018 zwar teilweise abgeschafft, um Reisenden im Urlaub Zugriff auf ihre Netflix-, Sky- oder Spotify-Abo-nements zu ermöglichen. Das gilt jedoch nur innerhalb der EU und meist nur für einen kurzen Zeitraum. Auch Sportübertragungen, bei denen die Sender meist nur nationale Sendelizenzen besitzen, sind im Ausland in der Regel gesperrt. Mit dem hier vorgestellten Weg nutzen Sie Ihre deutschen Abonnements von überall auf der Welt.

Einen weiteren Vorteil bieten VPN-Verbindungen in puncto **Sicherheit**. Bei der Nutzung öffentlicher WLAN-Hotspots in Hotels, Cafés oder Bahnhöfen lassen sich Internetverbindungen leicht kapern und ausspionieren. Kommunizieren Browser und Apps wie Facebook oder die Banking-App aber über eine verschlüsselte VPN-Verbindung mit dem Internet, sind Hacker-Angriffe prinzipiell ausgeschlossen.

Eine sehr beliebte VPN-Anwendung ist das **Freischalten ausländischer Streaming-Bibliotheken von Netflix & Co.** Dies klappt mit einem VPN auf der FritzBox nicht, da die Streaming-Anbieter entsprechende Vorkehrungen getroffen haben. Wenn Sie etwa von daheim [US-Netflix](#) schauen möchten, lässt sich das nur über kommerzielle VPN-Dienste wie [NordVPN](#), [Surfshark](#) oder [CyberGhost VPN](#) realisieren. Den VPN-Dienst installieren Sie auf dem gewünschten Gerät oder auf einem zusätzlichen [VPN-Router](#), den Sie in Ihrem Heimnetz als zweiten Router hinter der FritzBox einrichten. Besonders einfach gelingt die [Router-Einrichtung mit ExpressVPN](#). Der Hersteller bietet zu diesem Zweck eine spezielle App an, mit der Sie das Gerät in wenigen Minuten für VPN fit machen. Alle genannten Hersteller bieten auf ihren Seiten auch konfigurierte Geräte an.

Eine **Identitätsverschleierung im Internet** klappt mit dem FritzBox-VPN ebenfalls nicht. Schließlich werden hier Daten nicht über einen Anonymisierungsdienst geleitet, sondern über



den heimischen Router. Wer die FritzBox zur Anonymisierung nutzen will, kann beispielsweise OpenVPN nutzen. Wie das klappt, verrät der [Ratgeber FritzBox OpenVPN](#).

FritzBox: MyFritz einrichten

Um Ihre FritzBox VPN-fähig zu machen, öffnen Sie am besten an einem PC oder Smartphone im Heimnetzwerk die Website **fritz.box/** und melden sich gegebenenfalls mit Ihrem Kennwort am Einstellmenü des Routers an. Führen Sie diese Schritte durch:

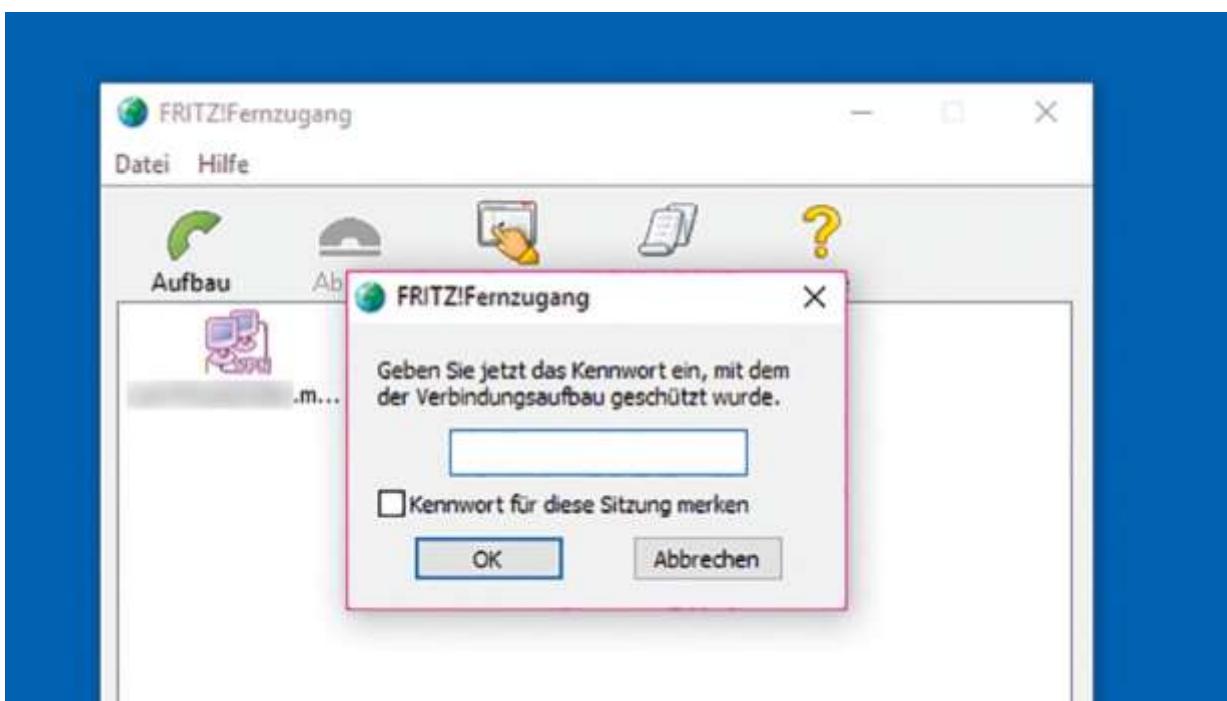
1. Aktivieren Sie nach einem Klick auf die drei Punkte oben rechts die *Erweiterte Ansicht*.
2. Klicken Sie auf *Internet* und auf *MyFritz-Konto*.
3. Falls schon ein MyFritz-Konto eingerichtet ist, fahren Sie mit Schritt 11 fort.
Andernfalls wählen Sie *Neues MyFritz-Konto erstellen*, geben Ihre E-Mail-Adresse ein und klicken auf *Weiter*.
4. Sie erhalten dann eine Mail von AVM. Klicken Sie darin auf *Ihre FritzBox registrieren* und auf der folgenden Website auf *MyFritz-Konto einrichten*.
5. Tippen Sie in den Feldern "Kennwort" und "Kennwort bestätigen" ein neues, noch nicht verwendetes Kennwort ein.
6. Klicken Sie auf *Vorgang abschließen*.
7. Zurück im FritzBox-Menü klicken Sie auf *MyFritz-Internetzugriff einrichten* und *FritzBox-Benutzer einrichten*. War MyFritz bereits eingerichtet, klicken Sie unter *System* auf *FritzBox-Benutzer*.
8. Falls es noch keinen Benutzer in der Liste gibt, richten Sie nach einem Klick auf *Benutzer hinzufügen* ein Konto für den Zugriff aus der Ferne ein. Tippen Sie im Feld "Benutzername" etwa Ihren Vornamen und bei "Kennwort" ein (anderes!) Passwort ein. Ist schon ein FritzBox-Benutzer für Ihre E-Mail-Adresse eingerichtet, wird er automatisch für den Internetzugriff auf Ihre FritzBox ausgewählt, erkennbar am Hinweis "MyFritz-Konto". Klicken Sie auf das Stift-Symbol daneben.
9. Stellen Sie sicher, dass die Option *VPN* markiert ist.
10. Die E-Mail-Adresse lassen Sie unverändert oder tippen sie ein und klicken auf *OK* oder *Übernehmen*.
11. Nun meldet sich die FritzBox automatisch bei MyFritz an und der Hinweis "Ihre FRITZ!Box ist bei MyFRITZ! angemeldet" erscheint, gegebenenfalls unter *Internet* und *MyFritz-Konto*.
12. Notieren Sie sich die Zeichenfolge bei "(Ihre) MyFritz-Adresse". Falls die mit "https://" beginnt und mit ":xxxxx" endet, notieren Sie nur alles dazwischen.
13. Klicken Sie auf *Heimnetz*, *Netzwerk*, *Netzwerkeinstellungen*, *Weitere Einstellungen* und *IPv4-Einstellungen*.
14. Stellen Sie sicher, dass bei "IPv4-Adresse" nicht die Standard-Adresse 192.168.178.0 steht. Tragen Sie stattdessen zum Beispiel **192.168.10.1** ein und klicken Sie auf *OK*.
15. Warten Sie, bis der PC wieder mit der FritzBox verbunden ist.

FritzBox-VPN einrichten

Möchten Sie Ihren privaten VPN-Zugang unterwegs am PC oder Notebook nutzen? Dazu brauchen Sie ein kleines Hilfsprogramm von AVM, mit dem Sie die nötigen VPN-Einstellungen auf Ihrem Computer vornehmen. Führen Sie diese Schritte durch, um das FritzBox-VPN einzurichten:



1. Laden Sie das kostenlose Programm "[FritzBox-Fernzugang einrichten](#)" herunter und installieren Sie es.
2. Nach dem Start wählen Sie *Neu* und zweimal *Weiter*.
3. Geben Sie nun Ihre MyFritz-E-Mail-Adresse und die im vorigen Abschnitt notierte Zeichenfolge ein.
4. Nach einem Klick auf *Anderes IP-Netzwerk verwenden* tragen Sie bei "IP-Netzwerk" im Beispiel **192.168.10.0** (siehe Schritt 14 der vorigen Anleitung) und als "IP-Adresse des Benutzers ..." **192.168.10.201** ein.
5. Markieren Sie die Option "Alle Daten über den VPN-Tunnel senden" und wählen Sie *Weiter* und *Fertig stellen*. Die erscheinenden Daten kopieren Sie zum *Desktop*.
6. Nun klicken Sie im fritz.box-/Menü auf *Internet, Freigaben, VPN, VPN-Verbindung hinzufügen, Eine VPN-Konfiguration ... importieren, Weiter, Durchsuchen, Desktop, fritzbox...cfg, Öffnen* und zweimal auf *OK*.



Mit dem Tool FritzFernzugang stellen Sie den VPN-Tunnel unter Windows her. Das Programm gibt es gratis bei COMPUTER BILD.

FritzBox-VPN: Windows 10 und 11 verbinden

Das war es im Grunde schon. Zum Abschluss müssen Sie nur noch das Verbindungsprogramm installieren und starten. So funktioniert es:

1. Laden Sie das kostenlose Programm [Fritz-Fernzugang \(VPN-Client\)](#) herunter und installieren Sie es.
2. Nach der Installation erfolgt ein PC-Neustart.
3. Klicken Sie auf *Weiter, Desktop*, den Benutzer im Format *IhrName_Mail- server_de, Öffnen*, die im vorigen Abschnitt gesicherte Datei *vpnuser...cfg, Öffnen* und *Fertig stellen*.
4. Nun legen Sie ein Passwort fest und bestätigen mit *OK*.
5. Fertig. Um künftig unterwegs die VPN-Verbindung aufzubauen, starten Sie den VPN-Client, klicken auf *Aufbau*, geben Ihr Passwort ein und klicken auf *OK*.



FritzBox-VPN: iPhone verbinden

Dank der eingerichteten VPN-Verbindung können Sie die Funktion auch leicht auf Ihrem iPhone oder iPad nutzen. Das geht so:

1. Klicken Sie im fritz.box/-Menü auf *System* und *FritzBox-Benutzer*.
2. In der Liste klicken Sie neben "MyFritz-Konto" auf das Stift-Symbol.
3. Klicken Sie nun ganz unten auf *VPN-Einstellungen anzeigen*.
4. Klicken Sie auf *Diese Seite drucken*, um die angezeigten Informationen zu Papier zu bringen. Haben Sie keinen Drucker, notieren Sie sie.
5. Am iPhone tippen Sie auf *Einstellungen*, *VPN* und *VPN hinzufügen*.
6. Tippen Sie auf *Typ* und den auf dem Ausdruck angegebenen VPN-Typ, in der Regel *IPsec*. Zurück geht es mit *Konfiguration*.
7. Als Beschreibung geben Sie etwa "FritzBox" ein.
8. Tragen Sie bei "Server", "Shared Secret", "Account" und "Gruppenname" (in der Regel identisch) die entsprechenden Informationen vom Ausdruck ein. Ins Feld "Passwort" gehört das Kennwort des FritzBox-Benutzers, siehe Schritt 8 des Abschnitts "FritzBox einrichten". Die Einstellungen "Zertifikat verwenden" und "Proxy" lassen Sie inaktiv beziehungsweise aus.
9. Tippen Sie auf *Fertig*.

Um die VPN-Verbindung herzustellen, öffnen Sie die *Einstellungen* und aktivieren den Schalter "VPN". Sind mehrere VPNs eingerichtet, tippen Sie auf *VPN* und aktivieren den Schalter "FritzBox". Die aktive Funktion erkennen Sie am VPN-Symbol am oberen Bildschirmrand. Sobald Sie das Gerät in den Standby versetzen, wird die Verbindung automatisch getrennt.

FritzBox-VPN: Android verbinden

Verbinden Sie Ihr Android-Smartphone oder -Tablet mit Ihrem VPN:

1. Drucken Sie die VPN-Einstellungen wie im vorigen Abschnitt (Schritt 1 bis 4) beschrieben.
2. Öffnen Sie die *Einstellungen* von Android.
3. Wählen Sie den Eintrag *Netzwerk & Internet, Tethering und Netzwerke* oder *Verbindungen* und dann *Weitere Verbindungseinstellungen*.
4. Tippen Sie gegebenenfalls auf *Mehr*, *VPN* und gegebenenfalls auf *VPN Netzwerk/Profil hinzufügen*.
5. Tippen Sie als Namen etwa "FritzBox" ein.
6. Unter *Typ* wählen Sie den VPN-Typ vom Ausdruck, im Beispiel *IPSec Xauth PSK*.
7. Füllen Sie das folgende Formular mit den weiteren Daten des Ausdrucks aus und tippen Sie danach auf *Speichern*.

Um den VPN-Tunnel unterwegs aufzubauen, tippen Sie in den Netzwerkeinstellungen auf den neuen Eintrag *FritzBox*. Geben Sie den Nutzernamen vom VPN-Ausdruck und das Passwort des entsprechenden FritzBox-Benutzers ein, siehe Schritt 8 des Abschnitts "FritzBox einrichten". Tippen Sie auf *Kontoinformationen speichern* und auf *Verbinden*.

49 Prozent Rabatt + Extras bei ExpressVPN

[Zum Angebot](#)



FritzBox-VPN: Mac verbinden

So verbinden Sie Ihren Mac mit Ihrem VPN:

1. Drucken Sie die VPN-Einstellungen wie in der iPhone-Anleitung (Schritt 1 bis 4) beschrieben.
2. Klicken Sie oben links auf den Apfel, *Systemeinstellungen* und *Netzwerk*.
3. Klicken Sie unterhalb der Netzwerkliste auf das Pluszeichen.
4. Wählen Sie unter *Anschluss* den Eintrag *VPN*.
5. Als *VPN-Typ* wählen Sie *Cisco IPSec*.
6. Tragen Sie als Dienstnamen zum Beispiel *FritzBox* ein. Klicken Sie auf *Erstellen*.
7. Im folgenden Formular tragen Sie als Serveradresse und Account-Namen die Daten vom VPN-Ausdruck und das Passwort des entsprechenden FritzBox-Benutzers ein.
8. Klicken Sie auf *Authentifizierungseinstellungen*.
9. Tragen Sie als Schlüssel den IPSec-Schlüssel und als Gruppennamen den Namen des FritzBox-Benutzers vom Ausdruck ein.
10. Klicken Sie auf *OK* und auf *Anwenden*.
11. Klicken Sie auf *Verbinden*.

FritzBox: WireGuard einrichten

Im Vergleich zu den bislang von AVM unterstützten VPN-Protokollen IPSec und OpenVPN verspricht das neuere [Wireguard-Protokoll](#) ein höheres Zugriffstempo und eine einfachere Bedienung. Die Funktion ist allerdings noch nicht offiziell verfügbar. Aktuell (Stand: 30. März 2022) testet AVM die WireGuard-Funktion mit der Labor-Version FritzOS 7.39, die experimentierfreudige User auf einigen FritzBox-Modellen (6591, 6660 Cable, 7590 AX, 7590, 7530) installieren können. Wann die Option mit einem regulären Update an alle Modelle ausgeliefert wird, ist noch nicht bekannt. Nutzen Sie die Laborversion bereits, richten Sie WireGuard wie folgt ein:

1. Öffnen Sie im Heimnetzwerk die Website **fritz.box** und melden Sie sich gegebenenfalls mit Ihrem Kennwort am Einstellmenü des Routers an.
2. Klicken Sie auf *Internet, Freigaben, VPN* und *VPN-Verbindung hinzufügen*.
3. Wählen Sie *Eine WireGuard-Verbindung für einen Laptop/PC einrichten oder Eine WireGuard-Verbindung für ein Smartphone einrichten*.
4. Nach einem Klick auf *Weiter* erzeugt die FritzBox eine Import-Datei beziehungsweise einen QR-Code.

Um Ihren Computer oder Ihr Smartphone zu verbinden, benötigen Sie dort eine WireGuard-App beziehungsweise ein WireGuard-Programm. Damit importieren Sie die erzeugte Datei oder Sie scannen den erzeugten QR-Code und folgen den Anweisungen.

Quelle: <https://www.computerbild.de/artikel/cb-Tipps-Internet-FritzBox-VPN-23991729.html>