



BU-Start.de

KOSTENLOSER FAHRPLAN

Mein Einsteiger-Fahrplan

Berufsunfähigkeit früh absichern als Schüler, Student, Azubi oder Berufseinsteiger: Was die gesetzliche Rente leistet, wie du deinen Orientierungswert rechnest, worauf du im Vertrag achtest und welche Fragen du dem Experten stellst – mit Checklisten und Zeitplan.

Auf einen Blick

Die acht wichtigsten Punkte

- Berufsunfähig ist nach § 172 Abs. 2 VVG, wer seinen zuletzt ausgeübten Beruf infolge Krankheit, Körperverletzung oder mehr als altersentsprechenden Kräfteverfalls ganz oder teilweise voraussichtlich auf Dauer nicht mehr ausüben kann. Die Schwellen „50 %“ und „6 Monate“ stehen in den **Bedingungen**, nicht im Gesetz.
- Die gesetzliche **Erwerbsminderungsrente** setzt **3 Jahre Pflichtbeiträge in den letzten 5 Jahren** und **5 Jahre Wartezeit** voraus (§ 43, § 50 SGB VI). Bei früher voller Erwerbsminderung gelten 20 Jahre.
- **Berufsschutz** in der gesetzlichen Rente gibt es nur für vor dem 2. Januar 1961 Geborene (§ 240 SGB VI).
- Die neu bewilligte Erwerbsminderungsrente lag 2024 im Schnitt bei **1.041 €** im Monat (Rentenversicherungsbericht 2025).
- **Eintrittsalter und Gesundheitszustand** beim Antrag bestimmen Beitrag und Annahme (Finanztip, 27.05.2026).
- Als Orientierung rät Finanztip, möglichst **80 % des Nettos** abzusichern; Versicherer begrenzen die Rente oft auf 60 bis 70 % des Bruttos.
- Bei Finanztest gehen die **Bedingungen** mit 75 %, die Antragsfragen mit 25 % in die Note ein (Stiftung Warentest, 19.05.2026).
- Falsche Angaben im Antrag können zum Rücktritt führen (§ 19 VVG); die Rechte des Versicherers erlöschen nach 5, bei Vorsatz nach 10 Jahren (§ 21 Abs. 3 VVG).

Deine Vorteile mit einer passenden Berufsunfähigkeitsversicherung auf einen Blick

- **Früher Start, einfachere Annahme:** Eintrittsalter und Gesundheit beim Antrag bestimmen Beitrag und Annahme (Finanztip, 27.05.2026).
- **Lücke in der gesetzlichen Rente:** Wartezeit und Pflichtbeiträge fehlen in jungen Jahren oft (§ 43, § 50 SGB VI).
- **Schutz bei jeder Krankheitsursache:** Psychische Erkrankungen sind mit 32,3 % die häufigste Ursache von BU-Leistungsfällen (Morgen & Morgen, April 2026); die BU leistet bei Krankheit, Körperverletzung und Kräfteverfall.
- **Bedingungen zählen:** Eine abstrakte Verweisung gilt nur, wenn sie im Vertrag steht (§ 172 Abs. 3 VVG).
- **Bewilligungspraxis:** Rund 80 % der Anträge werden bewilligt (GDV-Umfrage, zitiert von Stiftung Warentest, 19.05.2026) – bezogen auf entschiedene Anträge.

Inhalt

1. Wartezeit der gesetzlichen Rente in Zahlen
2. Zeitplan nach Lebensphase
3. Dein Orientierungswert: So rechnest du
4. Checkliste Vertrag und Bedingungen
5. Nachversicherung: Aufstock-Plan
6. Checkliste vor dem Antrag
7. Fragen an den Experten
8. Zahlen im Überblick
9. Meine Notizen

So nutzt du diesen Fahrplan

Such dir in Kapitel 2 deine Lebensphase, rechne in Kapitel 3 deinen Orientierungswert und arbeite dann die Checklisten ab. Alle Zahlen haben den Stand 25.10.2026. Der Fahrplan enthält keine Tarifempfehlung und keine individuelle Beratung. Er stammt von BU-Start.de, einem kostenlosen Informations- und Rechnerportal – kein Versicherungsmakler, kein Versicherer, keine Rentenversicherung.

1. Wartezeit der gesetzlichen Rente in Zahlen

Baustein	Regel	Grundlage
Pflichtbeiträge	3 Jahre in den letzten 5 Jahren vor Eintritt der Erwerbsminderung	§ 43 Abs. 1–2 SGB VI
Allgemeine Wartezeit	5 Jahre	§ 50 Abs. 1 SGB VI
Frühe volle Erwerbsminderung	20 Jahre Wartezeit, wenn vor Erfüllung der Wartezeit voll erwerbsgemindert	§ 43 Abs. 6, § 50 Abs. 2 SGB VI
Verlängerung des Fünf-Jahres-Zeitraums	u. a. schulische Ausbildung nach dem 17. Lebensjahr, höchstens 7 Jahre	§ 43 Abs. 4 SGB VI
Volle / teilweise Erwerbsminderung	unter 3 Stunden / unter 6 Stunden täglich	§ 43 SGB VI
Berufsschutz	nur Geburtsjahrgänge vor 02.01.1961	§ 240 SGB VI
Ø neue EM-Rente 2024	1.041 € im Monat	Rentenversicherungsbericht 2025

Wichtig

Ob du die Wartezeit erfüllst, steht in deiner Renteninformation bzw. deinem Versicherungsverlauf der Deutschen Rentenversicherung. Dieser Fahrplan ersetzt keine Auskunft der Rentenversicherung.

2. Zeitplan nach Lebensphase

Phase	Das klärst du	Hilfe
Schüler (Eltern entscheiden mit)	Ab etwa 10 Jahren BU möglich; davor Schulunfähigkeit prüfen. Wer ist Versicherungsnehmer?	bu-start.de/schueler/
Oberstufe / Abitur	Startrente, Nachversicherungsgarantie, Übergang zu Studium oder Ausbildung	Früh-Start-Rechner
Ausbildung	Berufsgruppe nach Ausbildungsberuf, kleine Startrente, Aufstock-Plan	bu-start.de/ausbildung/
Studium	Studentenklausel, Studienwechsel, Nebenjob, Auslandssemester	bu-start.de/studium/
Berufsstart	Nachversicherung nutzen, Rente an das Netto anpassen, Berufsgruppe prüfen	Nachversicherungs-Planer
Familie / Immobilie	Weitere Anlässe nach Vertrag nutzen und Fristen einhalten	Nachversicherungs-Planer

3. Dein Orientierungswert: So rechnest du

1. **Netto:** Dein monatliches Netto (heute oder zum Berufsstart erwartet): _____ €
2. **Orientierung:** Netto $\times$ 0,8 (Finanztip, 27.05.2026) = _____ € BU-Rente im Monat
3. **Obergrenze prüfen:** Versicherer begrenzen die Rente oft auf 60 bis 70 % des Bruttos; Einsteigern bieten viele eine niedrigere Startrente. Die Grenze steht im Angebot.
4. **Vergleich mit der EM-Rente:** Ø 1.041 € (2024) – nur, wenn die Wartezeit erfüllt ist.
5. **Jahre bis 67:** 67 – dein Alter = _____ Jahre

Beispiel	Netto	80 %	Lücke zum EM-Ø
Azubi	1.000 €	800 €	0 €
Berufsstart Teilzeit	1.500 €	1.200 €	159 €
Berufsstart Vollzeit	2.400 €	1.920 €	879 €

Eigene Zahlen rechnest du auf bu-start.de im BU-Renten-Bedarf für Einsteiger. Das Ergebnis ist ein Orientierungswert, kein Versicherungsbedarf.

4. Checkliste Vertrag und Bedingungen

- ☐ Nachversicherungsgarantie: Anlässe, Höchstbetrag je Anlass, Obergrenze, Meldefrist, Altersgrenze notiert
- ☐ Verzicht auf die abstrakte Verweisung im Vertrag (§ 172 Abs. 3 VVG)
- ☐ Studentenklausel bzw. Azubi-Regelung: Was gilt bei Wechsel, Abbruch, Abschluss?
- ☐ Endalter 67 (Regelaltersgrenze, § 35 SGB VI) oder bewusst früher
- ☐ Berufsgruppe nach Abschluss: Wie wirst du später eingestuft? Berufswechsel geregelt?
- ☐ Zahlbeitrag und Tarifbeitrag (Obergrenze) beide im Angebot ausgewiesen
- ☐ Beitragsstundung oder -pause bei Praktikum, Auslandssemester, Übergängen
- ☐ Dynamik: ja/nein, mit welcher Steigerung?
- ☐ Prognosezeitraum und Grad der Berufsunfähigkeit in den Bedingungen gelesen
- ☐ Bedingungen vor Preis verglichen (75 % der Finanztest-Note stammen aus den Bedingungen)

5. Nachversicherung: Aufstock-Plan

Anlass (Beispiele)	Im Vertrag vorgesehen?	Schritt (€)	Frist
Berufsstart	☐ ja ☐ nein	_____	_____
Gehaltssprung	☐ ja ☐ nein	_____	_____
Heirat	☐ ja ☐ nein	_____	_____
Geburt / Adoption	☐ ja ☐ nein	_____	_____
Immobilienkauf	☐ ja ☐ nein	_____	_____
Obergrenze Gesamtrente	_____ € · Altersgrenze _____ Jahre		

Welche Anlässe zählen und wie hoch du aufstocken darfst, legt jeder Vertrag selbst fest – trage nur ein, was in deinen Bedingungen steht. Die Schritte kannst du auf bu-start.de im Nachversicherungs-Planer durchrechnen.

6. Checkliste vor dem Antrag

- ☐ Orientierungswert gerechnet und mit dem Budget abgeglichen
- ☐ Früh-Start-Rechner genutzt: Was bedeutet Warten in meinem Fall?
- ☐ Renteninformation geholt: Wartezeit und Pflichtbeiträge geprüft
- ☐ Gesundheitsfragen: Mit dem Experten über die anonyme Risikovorabfrage gesprochen, bevor ein Antrag gestellt wird
- ☐ Bei Minderjährigen: Wer ist Versicherungsnehmer, wer zahlt, wer übernimmt später?
- ☐ Unterlagen: Ausweis, Schul-/Studien-/Ausbildungsnachweis, Bankverbindung
- ☐ Angebot schriftlich erhalten, Bedingungen gelesen, Fristen notiert
- ☐ Falsche oder vergessene Angaben vermieden – sie können zum Rücktritt führen (§ 19 VVG)

7. Fragen an den Experten

1. Wie wird mein Studienfach bzw. Ausbildungsberuf eingestuft – und wie später mein Beruf?
2. Welche Startrente ist möglich, und wie stocke ich auf?
3. Welche Anlässe zählen für die Nachversicherung, bis zu welcher Obergrenze, mit welcher Frist?
4. Ist die abstrakte Verweisung ausgeschlossen?
5. Wie sieht die Studentenklausel bzw. Azubi-Regelung aus?
6. Was ist der Zahlbeitrag, was der Tarifbeitrag – und wie entwickeln sich Überschüsse?
7. Was passiert bei Studienabbruch, Ausbildungsabbruch oder Berufswechsel?
8. Soll vorab eine anonyme Risikovorabfrage gestellt werden – und von wem?
9. Welche Alternativen gibt es, wenn die BU zu teuer ist?

Der Experte kommt aus dem Partnernetzwerk von BU-Start.de (Versicherungsmakler mit Erlaubnis nach § 34d Abs. 1 GewO). Das Gespräch ist für dich kostenlos und unverbindlich.

8. Zahlen im Überblick

Wert	Zahl	Quelle
Ø neue EM-Rente 2024	1.041 €	Rentenversicherungsbericht 2025
Ø Alter Zugang EM-Rente 2024	54,5 / 53,5 Jahre	BT-Drs. 21/1792
Psyche als BU-Ursache	32,3 %	Morgen & Morgen, 04/2026
Bewegungsapparat / Krebs	17,6 % / 16,3 %	Morgen & Morgen, 04/2026
Bewilligte Anträge	rund 80 %	GDV, via Stiftung Warentest 19.05.2026
Finanztest 2026	56 Tarife, 42 „sehr gut“	Stiftung Warentest, 19.05.2026
Neue Ausbildungsverträge 2025	475.950	BIBB, 30.09.2025
Häufigster Ausbildungsberuf 2025	Kfz-Mechatroniker/-in 24.531	BIBB, Rangliste 2025
Steuer: sonstige Vorsorgeaufwendungen	bis 2.800 € (1.900 €)	§ 10 Abs. 4 EStG

Eigene Abfrage der Online-Rechner dreier Versicherer (24./25.10.2026, Zahlbeitrag netto, Nichtraucher): Informatik-Student 39 bis 50 €, BWL-Student 40 bis 50 € bei 1.500 € Rente, Büro-Azubi (20 Jahre) 33 bis 42 € bei 1.000 € Rente. Zusätzlich nennen Vermittler (Sekundärquelle) für Schüler (10 Jahre) 44–50 €. Sie zeigen Größenordnungen, keine Angebote.

9. Meine Notizen

Thema	Notiz	Erledigt
Orientierungswert	_____	☐
Renteninformation angefordert	_____	☐
Gespräch mit dem Experten am	_____	☐
Anonyme Risikovorabfrage	_____	☐
Bedingungen gelesen am	_____	☐
Meldefrist Nachversicherung notiert	_____	☐

Deinen Start persönlich prüfen

Auf Wunsch vergleicht ein spezialisierter Experte aus unserem Partnernetzwerk Angebote für deine Lage und übernimmt die anonyme Risikovorabfrage – kostenlos und unverbindlich, mit allen Vor- und Nachteilen: bu-start.de

Kostenlos & unverbindlich

Einsteiger-Fahrplan kostenlos per E-Mail

Checkliste für Antrag und Vertrag, Wartezeit-Übersicht, Zeitplan nach Lebensphase und die Fragen an den Experten. Ohne Gesundheitsangaben.

- ✓ Checkliste: die wichtigsten Vertragspunkte für Einsteiger
- ✓ Zeitplan für Schule, Studium, Ausbildung und Berufsstart
- ✓ Wartezeit der gesetzlichen Rente auf einen Blick

Nicht ausfüllen:

Vollständiger Name Vor- und Nachname

E-Mail

Telefon/Handy z. B. 0171 1234567

[Fahrplan per E-Mail erhalten →](#)

 Kostenlos · ohne Gesundheitsfragen · verschlüsselte Übertragung

34d GewO. Allgemeine Information, keine individuelle Beratung; Angaben ohne Gewähr. Rechenbeispiele sind unverbindliche Orientierungswerte.