

Vermögensaufbau ab 35: Warum die zweitbeste Zeit zum Starten jetzt ist

Stand: Juni 2026 · Lesezeit: rund 11 Minuten

Das Wichtigste in Kürze

- Der beste Zeitpunkt zum Investieren war vor Jahren, der zweitbeste ist heute. Wer mit 35 beginnt, hat bis zum klassischen Ruhestand rund 30 Jahre Zinseszins vor sich — ein enormer Hebel.
- Ein Start Mitte 30 ist kein verspäteter, sondern oft ein strategisch idealer Zeitpunkt: Einkommen und Planungssicherheit sind höher als mit 25, der Horizont ist noch lang genug für den vollen Zinseszins.
- Bei 500 Euro monatlich und angenommenen 6 Prozent werden aus 30 Jahren rund 502.000 Euro — bei 20 Jahren nur rund 231.000 Euro. Die letzten zehn Jahre tragen den größten Teil bei. Annahme. [1]
- Entscheidend ist nicht das perfekte Startdatum, sondern der Start selbst — plus Struktur, ein langer Atem und der Schutz vor Inflation und Kosten. [12]

Fun-Fact 1: Das Sprichwort vom besten Zeitpunkt, einen Baum zu pflanzen, ist abgedroschen — aber ökonomisch exakt: Der Zinseszins belohnt jeden zusätzlichen Tag, an dem das Kapital arbeitet.

Fun-Fact 2: Beim Zinseszins zählt der letzte Abschnitt am meisten: Von 30 Jahren Laufzeit entsteht der größte absolute Zuwachs in den letzten zehn — genau deshalb ist es gefährlich, den Start immer weiter aufzuschieben.

Berg Finance — unsere Sicht

„Ich habe den Anschluss verpasst“ — diesen Satz hören wir bei Berg Finance oft von Menschen Mitte 30, manchmal auch Mitte 40. Fast immer ist er falsch. Er verwechselt das theoretische Optimum mit der realen Lage. Ja, ein Start mit 25 wäre mathematisch günstiger gewesen. Aber der Vergleich mit einer verpassten Vergangenheit lähmt nur; der einzige Zeitpunkt, den Sie beeinflussen können, ist der heutige.

Unsere Haltung in drei Sätzen.

Erstens: Mit 35 verfügen die meisten über etwas, das mit 25 fehlte — ein stabileres Einkommen, klarere Ziele und die Fähigkeit, eine ernsthafte Sparrate durchzuhalten. Zweitens: Rund 30 Jahre Horizont sind genug, damit der Zinseszins seine volle Wirkung entfaltet; der Hebel ist noch weitgehend intakt.

Drittens: Das größte Risiko in dieser Lebensphase ist nicht der späte Start, sondern das weitere Aufschieben aus dem Gefühl heraus, es sei ohnehin zu spät — dieses Gefühl ist der teuerste Ratgeber.

Was wir bewusst nicht tun: Ihnen ein Produkt empfehlen oder eine bestimmte Rendite versprechen. Diese Seite ersetzt weder die Steuerberatung noch das individuelle Gespräch. Sie ordnet den Zeitpunkt nüchtern und seriös ein, damit Sie aus Ihren eigenen Erfahrungen die richtige Struktur ableiten — und die verbleibenden Jahre für sich arbeiten lassen, statt sie dem Zögern zu opfern.

Stand: Juni 2026

Warum Mitte 30 kein verspäteter Start ist

Die Angst, zu spät dran zu sein, speist sich aus einem Vergleich mit dem theoretischen Ideal: Wer mit 20 beginnt, hat den längsten Horizont. Doch dieses Ideal ist für die meisten unrealistisch — mit Anfang 20 fehlen Einkommen, Sicherheit und oft auch das Wissen. Der Vergleich mit einer Vergangenheit, die so nie zur Verfügung stand, erzeugt nur ein schlechtes Gewissen ohne praktischen Nutzen [1].

Realistisch betrachtet bringt die Mitte des Berufslebens eigene Stärken mit. Das Einkommen ist meist deutlich höher als in jungen Jahren, die berufliche Lage stabiler, die finanziellen Ziele klarer umrissen. Wer mit 35 startet, kann oft eine substanzielle Sparrate aufbringen und hat mit rund 30 Jahren bis zum Ruhestand einen Horizont, der für den Zinseszins nahezu ideal ist. Der vermeintlich verspätete Start ist in Wahrheit häufig der erste, der überhaupt tragfähig gewesen wäre.

Die Mechanik: warum 30 Jahre so viel Hebel bedeuten

Der Zinseszins wirkt exponentiell, nicht linear. Erträge, die einmal gutgeschrieben wurden, erwirtschaften selbst wieder Erträge — die Kurve steigt mit der Zeit immer steiler.

Entscheidend ist deshalb nicht nur, wie viel man einzahlt, sondern wie lange das Kapital arbeitet. Die letzten Jahre vor dem Ziel bringen den größten absoluten Zuwachs, weil der Effekt dann auf dem größten Kapital ansetzt [1].

Die 72er-Regel macht das Tempo greifbar: 72 geteilt durch den Zins ergibt die ungefähre Verdopplungszeit. Bei angenommenen 6 Prozent sind das rund zwölf Jahre. Wer mit 35 startet und bis 65 investiert, erlebt in diesen 30 Jahren also gut zwei Verdopplungen — genug, damit der Zinseszins den größeren Teil des Endergebnisses beisteuert. Genau darin liegt der Trost, der keiner ist, sondern ein Hebel: 30 Jahre sind kein Rest, sondern eine lange, tragende Strecke.

Der Preis des Aufschiebens — in Zahlen

Die folgende Übersicht zeigt, was aus 500 Euro monatlich bei angenommenen 6 Prozent wird, je nachdem, wann man beginnt — und was jedes aufgeschobene Jahrzehnt kostet. Die

Werte sind Annahmen zur Veranschaulichung, keine Zusagen; gerechnet ohne Kosten und Steuern.

Stand Juni 2026

Start	Laufzeit bis 65	Einzahlung	Endwert bei 6 %
mit 35	30 Jahre	180.000 €	rund 502.000 €
mit 40	25 Jahre	150.000 €	rund 346.000 €
mit 45	20 Jahre	120.000 €	rund 231.000 €
mit 50	15 Jahre	90.000 €	rund 145.000 €

Zwei praktische Rechenbeispiele

Annahme 1 — was fünf Jahre Aufschieben kosten

Wer mit 35 startet und 500 Euro monatlich bei angenommenen 6 Prozent anlegt, erreicht bis 65 rund 502.000 Euro. Wer erst mit 40 beginnt, kommt auf rund 346.000 Euro. Fünf Jahre Aufschieben kosten also rund 156.000 Euro Endvermögen — bei nur 30.000 Euro weniger Einzahlung. Nicht das eingezahlte Geld fehlt am Ende, sondern die verlorene Zeit, in der es hätte arbeiten können. Annahme, keine Renditezusage [1].

Annahme 2 — der 35-Jährige mit größerer Rate

Ein gutverdienender 35-Jähriger legt nicht 500, sondern 1.000 Euro monatlich zurück. Bei angenommenen 6 Prozent über 30 Jahre werden daraus rund 1.004.000 Euro. Die höhere Sparrate in Kombination mit dem noch langen Horizont zeigt, warum die Mitte des Berufslebens so günstig ist: Einkommen und Zeit fallen zusammen. Wer diese Phase nutzt, kann den scheinbaren Rückstand gegenüber einem Frühstarter mit kleiner Rate oft mehr als aufholen [1].

Praktische Umsetzung: den Start konkret machen

Aus der Mechanik folgen drei nüchterne Schritte.

Erstens: heute beginnen, nicht beim perfekten Zeitpunkt. Da ein großer Teil der Rendite an wenigen, unvorhersehbaren Tagen entsteht, ist Zeit im Markt wichtiger als das Timing des Einstiegs — ein automatisierter Sparplan verteilt den Einstieg über die Jahre und macht die Frage nach dem richtigen Moment gegenstandslos.

Zweitens: die Rate an die Lebensphase anpassen. Mit 35 oder 45 lässt sich oft mehr aufbringen als mit 25; wer den Rückstand an Zeit durch eine höhere Rate teilweise ausgleicht, holt viel auf.

Drittens: die Gegenspieler kleinhalten. Weil der Zinseszins netto wirkt, zählt jeder Prozentpunkt an Kosten über die gesamte Restlaufzeit, und die Inflation zehrt an der realen Kaufkraft. Deshalb gehört zur Struktur auch der Blick auf die jährlichen Gesamtkosten und auf die Frage, wie die Anlage zum eigenen Horizont passt. Welche Bausteine dazu geeignet sind, hängt von Risikotragfähigkeit, Zielen und Steuersituation ab — das ist der Punkt, an dem ein seriöses Gespräch beginnt.

Steuer und ESG — der nüchterne Rahmen

Steuer.

Wer über Jahrzehnte investiert, sollte die Steuer früh mitdenken. Kapitalerträge unterliegen der Abgeltungsteuer von 25 Prozent plus Solidaritätszuschlag, zusammen 26,375 Prozent, soweit der Sparer-Pauschbetrag von 1.000 beziehungsweise 2.000 Euro überschritten ist [7][10]. Bei thesaurierenden Fonds kann über die Vorabpauschale bereits ohne Verkauf Steuer anfallen; ihr Basiszins beträgt für 2026 3,20 Prozent [8]. Wer selten umschichtet, hält den steuerlichen Zugriff gering und lässt mehr Kapital über den langen Horizont im Zinseszins arbeiten.

ESG.

Ein langer Horizont und Nachhaltigkeit passen strukturell gut zusammen, weil beide in Jahrzehnten denken. Auf EU-Ebene ordnet die Offenlegungsverordnung (SFDR) Fonds unter anderem in Artikel 8 (Bewerbung ökologischer oder sozialer Merkmale) und Artikel 9 (Nachhaltigkeit als Anlageziel) ein. An der Zeit-Logik des Vermögensaufbaus ändert das nichts. Wenn Nachhaltigkeit eine Rolle spielen soll, gehört sie von Anfang an sauber definiert in die Struktur, statt später aufgesetzt zu werden.

Wann ist der richtige Moment für Sie — und wann nicht?

Wenn Sie Mitte 30 sind und zögern, weil Sie sich zu spät fühlen, dann ist genau jetzt Ihr Moment: Rund 30 Jahre Horizont sind ein voller Zinseszins-Hebel, und Ihr Einkommen ist meist höher als in jungen Jahren. Der wichtigste Schritt ist, das Aufschieben zu beenden und eine feste Rate zu automatisieren.

Wenn Sie über 45 sind, dann gilt der zweitbeste Zeitpunkt weiterhin — nur verschiebt sich die Gewichtung von der Zeit zur Rate und zur bewussten Abstimmung von Risiko und Horizont. 20 Jahre reichen aus, damit der Zinseszins spürbar trägt. Und wenn Ihr Horizont deutlich kürzer ist, dann bleibt das Investieren möglich, verlangt aber realistische Erwartungen und eine Struktur, die zum knapperen Zeitfenster passt [12].

Wenn Sie hingegen Geld halten, das Sie kurzfristig brauchen, dann gehört dieser Teil nicht in ein langfristiges Schwankungsrisiko — für den Liquiditätsbedarf zählt Verfügbarkeit. Eine seriöse Antwort trennt beides: kurzfristige Reserve und langfristiger Aufbau sind zwei verschiedene Töpfe.

Fazit

Der beste Zeitpunkt liegt in der Vergangenheit, der zweitbeste ist heute — und dieser zweitbeste ist besser, als er sich anfühlt. Wer mit 35 beginnt, hat rund 30 Jahre Zinseszins vor sich und meist ein Einkommen, das eine ernsthafte Rate erlaubt. Die Mitte des Berufslebens ist damit kein verspäteter, sondern oft ein strategisch idealer Start. Aus

unseren Erfahrungen ist der teuerste Fehler nicht der späte Beginn, sondern das weitere Warten. Der Baum, den Sie heute pflanzen, wächst trittsicher — vorausgesetzt, Sie pflanzen ihn jetzt und nicht in fünf Jahren erneut nur in Gedanken.

Wissenswertes — vier Fun-Facts

Das Sprichwort stimmt sogar ökonomisch.

Der beste Zeitpunkt liegt in der Vergangenheit, der zweitbeste ist heute. Für den Zinseszins ist das keine Poesie, sondern Mathematik: Jeder zusätzliche Tag, an dem Kapital arbeitet, zählt exponentiell. [1]

Die letzten zehn Jahre tragen am meisten.

Von 30 Jahren Laufzeit entsteht der größte absolute Zuwachs am Ende, wenn die Basis am größten ist. Genau deshalb ist Aufschieben so teuer — es kappt nicht das Ende, sondern verkürzt den steilsten Abschnitt der Kurve.

Fünf Jahre können sechsstellig kosten.

Wer bei 500 Euro monatlich und angenommenen 6 Prozent fünf Jahre später startet, verliert rund 156.000 Euro Endwert — bei nur 30.000 Euro weniger Einzahlung. Es fehlt nicht das Geld, es fehlt die Zeit. [1]

Höheres Einkommen gleicht Zeit teils aus.

Ein 35-Jähriger mit größerer Sparrate kann einen Frühstarter mit kleiner Rate oft einholen. Einkommen und Horizont fallen in der Lebensmitte günstig zusammen — ein unterschätzter Vorteil.

In 15 Minuten zur Klarheit — Schritt für Schritt

Schritt	Aktion	Zeit
1	Horizont bestimmen: Wie viele Jahre bleiben bis zum geplanten Ruhestand?	3 Min
2	Rate festlegen: Welche monatliche Sparrate ist in Ihrer Lebensphase realistisch durchhaltbar?	3 Min
3	Endwert überschlagen: Mit der 72er-Regel die Verdopplungen über den Horizont abschätzen. [1]	3 Min
4	Dauerauftrag einrichten: Rate automatisieren, statt auf den perfekten Moment zu warten.	3 Min
5	Real denken: Kosten und Inflation (2,6 %) einkalkulieren — nominal ist nicht real. [12]	3 Min

Häufige Fragen (FAQ)

Ist es mit 35 zu spät für den Vermögensaufbau?

Nein. Mit 35 bleiben bis zum klassischen Ruhestand rund 30 Jahre — ein nahezu voller Zinseszins-Hebel. Zudem ist das Einkommen meist höher als in jungen Jahren, was eine ernsthafte Sparrate ermöglicht. Der Start Mitte 30 ist oft ein strategisch idealer, kein verspäteter Zeitpunkt. [1]

Wie viel bringt ein früherer Start wirklich?

Bei 500 Euro monatlich und angenommenen 6 Prozent erreicht ein Start mit 35 bis 65 rund 502.000 Euro, mit 40 rund 346.000 Euro. Fünf Jahre früher bedeuten rund 156.000 Euro mehr Endwert — nicht wegen der Einzahlung, sondern wegen der zusätzlichen Zeit. Es handelt sich um eine Annahme. [1]

Lohnt sich der Einstieg auch noch mit über 45?

Ja. Auch 20 Jahre Horizont bringen den Zinseszins spürbar zur Wirkung, besonders wenn die höhere Sparrate der Lebensmitte genutzt wird. Mit kürzerem Horizont verschiebt sich die Gewichtung von der Zeit hin zur Rate und zur bewussten Abstimmung von Risiko und Zeitfenster.

Sollte ich auf einen günstigen Einstiegszeitpunkt warten?

In der Regel nicht. Ein großer Teil der Rendite entsteht an wenigen, nicht vorhersehbaren Tagen. Ein automatisierter Sparplan verteilt den Einstieg über die Zeit und macht das Warten auf den perfekten Moment überflüssig — Zeit im Markt schlägt Timing.

Wie viel sollte ich monatlich investieren?

Das ist individuell und hängt von Einkommen, Fixkosten und Zielen ab. Wichtiger als ein bestimmter Betrag ist, dass die Rate fest, automatisiert und dauerhaft durchhaltbar ist. Eine niedrigere, verlässliche Rate schlägt eine hohe, die nach wenigen Monaten kippt.

Reicht Investieren allein, oder muss ich die Inflation beachten?

Beides gehört zusammen. Bei 2,6 Prozent Inflation im Mai 2026 verliert unverzinstes Geld real an Kaufkraft. Nominale Endwerte sollten deshalb real gedacht werden; der lange Horizont hilft, die Inflation über die Zeit zu übertreffen. [12]

Kostenloser Kurz-Check / Erstgespräch

Wenn Sie Ihren Horizont, Ihre Rate und die passende Struktur einmal nüchtern durchgehen möchten — vom Dauerauftrag bis zur Frage, wie die Anlage netto und real für Sie arbeitet: Kostenloser Kurz-Check / Erstgespräch bei Berg Finance. Kein Produktverkauf, sondern ein Strukturgespräch auf Augenhöhe.

Wichtiger Hinweis: Dieser Artikel dient ausschließlich der allgemeinen Information und stellt keine Anlageberatung im Sinne § 2 Abs. 8 Nr. 10 WpHG / § 2 Abs. 2 Nr. 4 WpIG und keine Steuerberatung dar. Er ersetzt nicht das individuelle Beratungsgespräch und enthält keine Empfehlung zum Kauf, Verkauf oder Halten bestimmter Finanzinstrumente. Beispielrechnungen sind als Annahme gekennzeichnet; Wertentwicklungen der Vergangenheit sind keine zuverlässigen Indikatoren für die Zukunft.

Stand: Juni 2026. © Berg Finance

Über den Autor

Berg Finance Redaktion — Fachredaktion Vermögensstruktur, Steuern und Vorsorge. Dieser Beitrag entstand in Abstimmung mit den Beraterinnen und Beratern von Berg

Finance, die Privatkundinnen und Privatkunden mit größeren Vermögen begleiten. Für steuerliche Einzelfragen arbeiten wir mit steuerberatenden Berufen zusammen.

Redaktion: marketing@bergfinance.de

Quellenverzeichnis

Stand der Abrufe: 14. Juni 2026. (P) = Primärquelle.

[1] (P) **Deutsche Bundesbank** — Materialien zu Zins, Zinseszins und langfristiger Vermögensbildung.

<https://www.bundesbank.de>

[2] **BaFin** — Verbraucherinformationen zu Geldanlage, Anlagehorizont und Risiko. <https://www.bafin.de>

[3] (P) **Deutsches Aktieninstitut (DAI)** — Langfristige Aktienrenditen und Anlagehorizont (Renditedreieck-Logik). <https://www.dai.de>

[4] **Morningstar** — Zeit im Markt gegenüber Market Timing (Behavior-Gap-Analysen).

<https://www.morningstar.com>

[5] **OECD** — Recommendation on Financial Literacy — Bedeutung frühzeitiger Vorsorge.

<https://www.oecd.org>

[6] **Verbraucherzentrale** — Langfristiger Vermögensaufbau, Sparplan und Kostenwirkung.

<https://www.verbraucherzentrale.de>

[7] (P) **Gesetze im Internet** — Einkommensteuergesetz (EStG), § 32d (Abgeltungsteuer, 25 %).

https://www.gesetze-im-internet.de/estg/_32d.html

[8] (P) **Bundesministerium der Finanzen (BMF)** — Basiszins zur Vorabpauschale, Stichtag 02.01.2026:

3,20 % (Schreiben vom 13.01.2026). <https://www.bundesfinanzministerium.de>

[9] (P) **Gesetze im Internet** — Investmentsteuergesetz (InvStG), § 20 (Teilfreistellung; Aktienfonds 30 %).

https://www.gesetze-im-internet.de/invstg_2018/_20.html

[10] **Finanzverwaltung NRW** — Sparer-Pauschbetrag und Freistellungsauftrag (1.000 / 2.000 Euro).

<https://www.finanzamt.nrw.de>

[11] (P) **Bundeszentralamt für Steuern (BZSt)** — Kapitalertragsteuer (25 % zzgl. Solidaritätszuschlag).

<https://www.bzst.de>

[12] (P) **Statistisches Bundesamt (Destatis)** — Verbraucherpreisindex und Inflationsrate; Mai 2026: +2,6

%. <https://www.destatis.de>

[13] (P) **Deutsche Bundesbank** — Realzinssätze und Definition Realzins.

<https://www.bundesbank.de>

[14] **Stiftung Warentest / Finanztest** — Kostenwirkung und Rendite bei langfristigem Sparen und

Anlegen. <https://www.test.de>