



Technische Daten

Anschlüsse

1 x SFP-Steckplatz für ein FRITZ!SFP-Glasfaser-Modul (Unterstützung von AON und GPON - im Lieferumfang enthalten)

1x DSL-Anschluss, unterstützt VDSL inklusive Supervectoring und ADSL2+

1 x 2,5-Gigabit-WAN-Anschluss, wahlweise als auch 2,5-Gigabit-LAN-Anschluss nutzbar

Wi-Fi 7 / Wi-Fi 6E / Wi-Fi 6

Integrierte DECT-Basis für bis zu 6 Schnurlostelefone
Integriertes Zigbee Gateway

1 x a/b-Port (TAE/RJ11) für analoges Telefon, Anrufbeantworter oder Fax

1 x USB-3.1-Anschluss für USB-Speicher im Netz

(Standard IEEE
802.3bz, NBase-T)

4 x Gigabit-LAN-
Anschlüsse

Anschluss / Netzwerk

Glasfaser- und DSL-
Router mit
Firewall/NAT, DHCP-
Server, DynDNS-Client,
UPnP AV

Für den Anschluss an
GPON (Gigabit Passive
Optical Network, ITU-T
G.984) und AON (Active
Optical Network, IEEE
1000BX-10) geeignet

Integriertes Modem für
DSL-Anschlüsse z.B.
für Telekom, 1&1,
Vodafone, O₂ u.v.m.

Unterstützt VDSL-
Anschlüsse bis 300
MBit/s (inklusive
Supervectoring) und
ADSL2+.

Unterstützt VDSL Long
Reach

Kompatibel zu Annex-
J-Anschlüssen der
Deutschen Telekom

Routerbetrieb über
WAN auch mit
Kabelmodem oder am
Glasfaseranschluss

Ersatzverbindung über
USB-Mobilfunk-Stick
möglich

Unterstützung von IPv6

Leistungsstarker
Prozessor: vernetzte
Anwendungen wie IPTV,
Video on Demand und
Musikstreaming

Stateful Packet
Inspection Firewall mit
Portfreigabe für
sicheres Surfen im
Internet

Sicherer Fernzugang,
LAN-LAN-Kopplung
und Einwahl in
Firmennetzwerk mit
VPN (WireGuard und
IPSec)

Sicherheitsassistent
mit Diagnose-Tool

Wake on LAN per
Internet

Umfangreiche
Kindersicherung, Push
Service

MyFRITZ! – sicher von
unterwegs auf die
eigene FRITZ!Box
zugreifen

Glasfaser

FRITZ!SFP AON

ITU-T G.652; IEEE
802.3ah-2004
1000BASE-BX10
LC-APC 8°
Wellenlänge: TX 1310
nm, RX 1480 bis 1580
nm
Full duplex
Übertragung
Sendeleistung: -9 bis -3
dBm
Empfangsleistungsbereich:
-3 bis -23 dBm
Reichweite: 10 km
Unterstützung von SFF-
8472
Laser Klasse 1

FRITZ!SFP GPON

passend für ITU-T
G.984.2/984.5 GPON
LC/APC 8°
Wellenlänge: TX 1310
nm, RX 1490 nm (mit
Filter)
passend für rogue
detection
Sendeleistung: 0.5 bis 5
dBm
Empfangsleistungsbereich:
-3 bis -28 dBm
Reichweite: 20 km
Unterstützung von SFF-
8472
Laser Klasse 1

WLAN

Wi-Fi 7 / Wi-Fi 6E / Wi-
Fi 6
6 GHz: bis zu 11,53
Gbit/s (Wi-Fi 7); 5
GHz: bis zu 5.760
Mbit/s (Wi-Fi 7); 2,4
GHz: bis zu 1.200
Mbit/s (Wi-Fi 6)

Wi-Fi Protected Setup
(WPS)
WLAN-Gastzugang –
sicheres Surfen für
Freunde und Besucher
WLAN-Autokanal:
automatisierte Suche
nach einem

4 x 4 MIMO auf allen drei Bändern

WLAN Mesh – mehrere FRITZ!-Produkte einfach zu einem intelligenten System zusammenfassen und das Heimnetz vergrößern. Mehr Infos: avm.de/mesh

Kompatibel zu den WLAN-Standards IEEE 802.11 a/g/n/ac/ax/be

WLAN-Verschlüsselung mit WPA3/WPA2

störungsfreien WLAN-Funkkanal

WLAN Eco für optimale Leistung bei minimalem Stromverbrauch

WLAN über Taster an- und abschaltbar

Smart Home / Media

Smart-Home-Funktionen für Strom, Wärme, Licht und mehr

Unterstützt bis zu 50 Smart-Home-Geräte (DECT ULE)

Integriert bis zu 40 LED-Lampen und weitere Geräte anderer Hersteller, die den Zigbee-Standard unterstützen (Zigbee-Kompatibilitätsliste)

Bedienung Ihres FRITZ! Smart Home via FRITZ!Box-Oberfläche, FRITZ!Fon, FRITZ!DECT-Taster und FRITZ!App Smart Home

FRITZ!NAS – ein gemeinsamer Speicher für alle Daten im Heimnetz

Dateien einfach und sicher mit Freunden teilen

Mediaserver verteilt Musik, Bilder und Filme im Heimnetz (DLNA/UPnP AV)

Unterstützt auch Online-Speicher, Internetradio und Podcasts

Optimal für IPTV, Video- und Musikstreaming

Telefonie

Telefonanlage mit DECT-Basis für bis zu 6 Schnurlostelefone

Verschlüsselte Sprachübertragung ab Werk

Anschluss für ein analoges Telefon, Anrufbeantworter oder Fax

Unterstützt HD-Telefonie für ein natürliches Klangbild

DECT Eco: Funkabschaltung für höchste Ergonomie

5 integrierte Anrufbeantworter inklusive E-Mail-Weiterleitung (voice to mail)

Telefonbuchkontakte lokal oder online verwalten (Google, Apple iCloud, Telekom Mail u. a.)

Faxfunktion inklusive E-Mail-Weiterleitung (fax to mail)

Rufumleitung, interne Rufe, Dreierkonferenzen, Vermitteln

Rufnummernsperre, Weckruf, Babyfon, VIP-Rufe und Klingelsperre

Internettelefonie SIP-konform nach RFC 3261

Anmeldung von IP-Telefonen (LAN/WLAN) nach SIP-Standard

FRITZ!App Fon für Festnetztelefonate mit dem Smartphone

FRITZ!OS

"fritz.box": übersichtliche Benutzeroberfläche, intuitiv über den Browser zu bedienen

Benutzeroberfläche für Smartphones und Tablets optimiert (Responsive Design)

Hilfefunktion mit Volltextsuche

Push Service per E-Mail für Informationen über Ereignisse im Heimnetz

Sicherheitsassistent mit Diagnose-Tool

Praktische FRITZ!Apps für das Smartphone: MyFRITZ!App für FRITZ!-Komfort auch unterwegs und der clevere WLAN-Helfer FRITZ!App WLAN

Kostenlose Updates für neue Funktionen und Sicherheit, auf Wunsch per Auto-Update

Lieferumfang

FRITZ!Box 5690 Pro
1x FRITZ!SFP AON
1x FRITZ!SFP GPON
Netzteil

4 Meter Glasfaserkabel (LC/APC-LC/APC)

4 Meter DSL-Anschlusskabel

1,5 Meter LAN-Kabel

Installationsanleitung

Geräteeigenschaften

Abmessungen (B x H x T): 268 x 170 x 75 mm

Mittlere

Leistungsaufnahme:

12,5-13,5 Watt