

HARVEST®

Ausgabe
Winter 25/26
D 12 €, INT 15 €



WILD EYE. Eine Lebens-
reise durch Afrika • FINES
BULLES. Crémant de Loire
– Die leise Größe königlichen
Schaumweins • ENJOY IT. Ge-
nuss in seiner reinsten Form – pur,
veredelt oder kunstvoll gemixt • MA-
GIC MOMENTS. Wintermagie im Chalet

• CLOUD DANCER. Ein sanftes Versprechen von Ruhe,
Weite und Balance • WILD THING. Animalprint, Leder,
Nieten, Federn & Co. • BERGFEIN. Schick auf der Piste
• SELFCARE RITUALE. Wertvolle Me-Time • RÜCKBLICK
2025 UND AUSBLICK AUF 2026. Finanzen im Blick



JENSEITS DER KOMFORT- ZONE

**SONJA PIONTEK –
VON DER INTERNATIONALEN TOP-MANAGERIN
ZUR ARCHITEKTIN RADIKALER TRANSFORMATION**

Text: Anna Julia Rauscher | Fotos: Charlotte Kreft und Sonja Piontek

Sonja Piontek iSie war Marketing-Direktorin für BMW Asien, hat in sechs Ländern gelebt, Millionenbudgets verantwortet und steht als Rednerin auf Bühnen rund um die Welt. Als preisgekrönte Unternehmerin, SPIEGEL-Bestsellerautorin und Executive Coach begleitet sie heute internationale Führungskräfte, Weltklasse-Sportler:innen und Unternehmer:innen auf ihrem Weg zu nachhaltigem Erfolg. Doch wer Sonja Piontek nur an Titeln misst, versteht kaum, was sie wirklich ausmacht.

Es ist nicht ihr Lebenslauf, der sie definiert. Es ist die Tiefe ihrer Entscheidungen, der Mut, alles Vertraute hinter sich zu lassen, um etwas Größeres zu erschaffen – nicht aus Flucht, sondern als kraftvolles Statement. Hinter der strahlenden Erfolgsbiografie steht eine Frau, die aus einfachen Verhältnissen stammt, die das Leben immer wieder an ihre tiefsten Grenzen führte und mit einer

Klarheit, Energie und innerer Stärke zurückkehrte, die ihresgleichen sucht. Große Verluste, extreme Herausforderungen, unerwartete Wendungen – sie haben sie nicht gebrochen. Sie haben sie geformt. Heute steht sie als Frau hinter einer der beeindruckendsten Transformationsreisen unserer Zeit: der Namib Desert Expedition.

Von Beginn an war ihr Leben ungewöhnlich, anders, geprägt von Kontrasten. Geboren in München als eineiiger Zwilling, verbrachte sie Teile ihrer Kindheit in einer indischen Sekte. Nach der Trennung der Eltern lebte sie in einem Vier-Frauen-Haushalt mit ihrer Mutter und deren neuer Partnerin, in einer Zeit, in der gesellschaftliche Toleranz für alternative Lebensformen noch fern war. Schon als Kind stand sie vor der Kamera, spielte die kindliche Hauptrolle in der Kinoverfilmung der Bachmeier-Story und war das Nutella-Werbekind. Die Welt war früh ungewöhnlich – für Sonja jedoch Normalität.



NAMIB DESERT EXPEDITION FÜR FRAUEN 2026

Der Auswahlprozess für die NAMIB DESERT EXPEDITION im Mai 2026 für Frauen hat gestartet. Um die Exklusivität der Expedition zu gewährleisten, ist die Teilnahmeanzahl streng limitiert. Infos unter: www.sonjapiontek.com/namib

DESERT MEN CHALLENGE FÜR MÄNNER 2026

Aufgrund der zahlreichen Nachfragen wird es im Oktober 2026 die erste DESERT MEN CHALLENGE für Unternehmer, Vorstände, Führungskräfte geben. Tougher, kürzer, vergleichbar tief und mit demselben klaren Auswahlprozess. Infos unter: www.sonjapiontek.com/desertmen

Ihr Studium der Diplom-Kulturwirtschaft mit Schwerpunkt Südostasienskunde führte sie bereits im zweiten Semester nach Zentraljava, in eine muslimische Familie mit vier Brüdern. Internationale Perspektiven waren für sie nie Ziel, sondern gelebte Realität. Danach BMW Neuseeland: geplant fünf Monate, geblieben fast zwei Jahre, mit 23 Jahren bereits verantwortlich für Relationship- und Eventmanagement. Ein fulminanter Karrierestart. Zurück in Deutschland, Studium abgeschlossen, BMW München – ein Aufstieg, der für viele wie ein Traum erscheint. Drei Jahre Peking, Leitung internationales Naming & Branding, 2014 Singapur – Berufung zur Marketing-Direktorin von BMW Asien. Millionenbudget, internationales Team, maximale Verantwortung. Erfolg in Perfektion.

Und doch war da ein leiser Ruf. Nach Tiefe, nach Weite, nach echter Wirkung. Eine Entscheidung, die alles verändern sollte: Sie kündigte ihre Executive-Karriere. Ent-

gegen aller Stimmen, wider jede Erwartung. „Du kannst doch bei BMW nicht kündigen!“ Doch sie tat es. Mutig. Klar. Entschlossen.

In Singapur gründete sie ihre erste Firma, arbeitete mit Kunden wie Leica und Land Rover, gewann Preise, baute ein Business auf, das strahlte – voller Kreativität, Substanz und Energie. Und dann 2020 – ein Jahr, das alles zerbrach. Verlust, Trauer, Pandemie, das persönliche und berufliche Fundament schien zu zerfallen. „Es gab Momente, da wusste ich nicht, woher ich die Kraft für den nächsten Atemzug nehmen sollte.“

Doch aus dieser Asche erwuchs ein neuer Aufbruch. „Ich will wieder leben, lieben, lachen“, entschied sie. Noch im selben Jahr flog sie mit der Fotografin Carolyn Strover nach Namibia. Nicht, um zu fliehen, sondern um das traumatische Jahr zu ordnen, zu verarbeiten – und um



gemeinsam das National Geographic Buch Sonnengeflüster zu schaffen.

Nur zwei Jahre später führt Sonja die weltweit erste Fußdurchquerung der Namib-Wüste mit einer handverlesenen Gruppe internationaler Frauen. Was ursprünglich als einmaliges Abenteuer gedacht war, entwickelte sich zu einem jährlichen Format: die Namib Desert Expedition. Zehn Tage, 120 Kilometer zu Fuß durch die unbarmherzige Schönheit der Wüste. Fünf Tage reine körperliche Herausforderung, die Sonne brennt, der Sand glüht, keine Ablenkung, keine Zivilisation, nur Stille – und man selbst. Rund 25 Kilometer täglich, über endlose Dünen, hinein in den geographischen und emotionalen Horizont. Kein Urlaub. Keine Komfortzone. Eine Entscheidung, die Körper und Geist über Grenzen hinausführt.

Die Expedition ist nicht für jede. Sie verlangt Mut, Durchhaltevermögen und die Bereitschaft, sich selbst zu begegnen. Frauen aus aller Welt folgen Sonja, weil sie Klarheit suchen, einen Neuanfang wagen und ihr Leben endlich bewusst leben wollen. „Diese Expedition zeigt nicht deine Grenzen – sie zeigt, was jenseits von ihnen möglich ist“, sagt Sonja. Jeder Schritt ist begleitet von kraftvollen Coaching-Impulsen, die aus dem physischen Abenteuer eine tiefgreifende persönliche Transformation machen.

Sicherheit und Exzellenz gehen Hand in Hand: Ein erfahrenes Wüstenteam, Expeditionsärztin, Logistikprofis, Fahrer, Köche – und jede Entscheidung mit höchster Präzision. Ein besonderes Element: die Teilnehmerinnen navigieren selbst, in Zweierteams, mit GPS und Walkie-Talkie, Sektion für Sektion. Verantwortung, die stärkt, fordert und beflügelt.

Luxus wird neu definiert – nicht durch Fünf-Sterne-Hotels, sondern durch Nächte unter Millionen Sternen, durch eine zehn-Liter-Warmwasserdusche nach 25 Kilometern, durch Brot am Lagerfeuer, durch die Ruhe der Ärztin, die Gespräche, die tief ins Herz gehen, und die Stille, die voller Antworten ist.

Die Vorbereitung beginnt Monate vorher: In den Desert Dialogues entsteht eine Sisterhood, die trägt, wenn Körper und Geist an ihre Grenzen gelangen.

Und am Ende: kein Resort, sondern ein bewusstes Innehalten bei der Fraueninitiative Penduka in Katatura, Namibias größtem Township. Gesang, Tanz, geteilte Geschichten – Begegnung auf Augenhöhe. Transformation endet hier nicht im Sand, sondern setzt sich fort, wo Geben mehr gibt als Nehmen und Frauen einander Kraft schenken – jenseits von Herkunft, Sprache oder Hautfarbe.

Die nächste Expedition startet im Mai 2026, streng limitiert. Für Männer öffnet sich im Oktober 2026 erstmals die Desert Men Challenge – kürzer, physisch härter, aber mit derselben Tiefe, Klarheit und Anspruch. Auch hier geht es um nachhaltige Transformation und Erfolg, der Maßstäbe setzt.

Sonja Piontek ist die Frau, die alles hinter sich ließ, um zu zeigen, wie viel mehr in uns allen steckt, wenn wir bereit sind, hinzusehen, Grenzen zu überschreiten und unser Leben bewusst zu gestalten. Sie ist Mut, Tiefe, Herz und Klarheit – die Frau hinter der Wüste, die inspiriert, bewegt und transformiert. ≡

