

120 km zu Fuss durch die  
Wüste Namib

# Jenseits des *Horizonts*

Es gibt Orte auf dieser Welt, die uns verändern – die uns fordern, inspirieren und tief in uns etwas bewegen. Die Namib-Wüste ist so ein Ort. Mit ihren endlosen Horizonten, spektakulären Dünenlandschaften und einer Stille, die tief ins Innerste vordringt, zählt sie zu den beeindruckendsten und zugleich unbarmherzigsten Landschaften unseres Planeten. Letzten Herbst brach eine Gruppe aussergewöhnlicher Frauen aus aller Welt auf, sie zu durchqueren: 120 Kilometer zu Fuss, vom Khuiseb River quer durch das Herz der Wüste bis zum tosenden Atlantik. Eine Expedition, die vieles abverlangt – und enorm vieles gibt.

Das, was die Teilnehmerinnen zu berichten haben, ist keine gewöhnliche Geschichte. Es ist eine Erzählung von Mut, innerer Stärke und der Fähigkeit, die eigenen Grenzen zu überwinden – eine Geschichte, die tief berührt.

Fotografie

**MICHAELA GOLDMAN**

Text

**SONJA PIONTEK**



### DER RUF DER WÜSTE

Die Namib gilt mit ihren über 55 Millionen Jahren als die älteste Wüste der Welt. Ihre spektakulären Dünen erreichen Höhen von bis zu 300 Metern und zählen zu den höchsten der Erde. Die Landschaft ist geprägt von einer einzigartigen Vielfalt: majestätische Dünenkämme, endlose Sandmeere, bizarre Salzpflanzen. Doch für die Frauen, die sich dieser Herausforderung stellen, liegt die wahre Magie der Wüste nicht nur in ihrer überwältigenden Schönheit, sondern auch in ihrer erbarmungslosen Ehrlichkeit.

«Das Durchqueren der Namib ist eine aussergewöhnliche Erfahrung, die dir die Augen öffnet für das Wesentliche», so Martina Manich, Teilnehmerin und CEO der preisgekrönten Marketingagentur team::mt. «In der unbeschreiblichen Weite gibt es keine Ablenkungen von aussen – nur Sand, Sonne und deine Gedanken, und irgendwann verschwinden selbst diese. In dieser Stille habe ich eine Klarheit gefunden, die ich so noch nie erlebt habe.»

Zehn Tage umfasst diese einzigartige Reise, davon sechs in der Wüste, fünf wandernd. 120 Kilometer führen quer durch das Herz der Namib – jede Tagesetappe so unterschiedlich wie die Wüste selbst, physisch und mental herausfordernd. Die Gruppe durchquert dabei eine Vielfalt an Landschaften, die ebenso abwechslungsreich sind wie die Erfahrungen, die die Teilnehmerinnen dabei sammeln. Stets an ihrer Seite: die goldene Sonne Afrikas – mal sanft und wohlwollend, mal

1 Die Namib begeistert durch ihre unbeschreibliche Schönheit.

2 Begleitet wird die Expedition von einem hochprofessionellen lokalen Team und acht Fahrzeugen.



Fünf Sterne verblasen,  
wenn der Himmel dir des  
Nächtens *Millionen*  
*leuchtender Sterne* schenkt.



unerbittlich und fordernd. Schritt für Schritt lösen sich mentale Blockaden, persönliche Grenzen werden neu definiert, und inmitten des endlosen Sandmeeres wird in der Sicherheit der Gruppe Gleichgesinnter eine bisher unbekannte innere Stärke freigesetzt. Eines bleibt dabei omnipräsent: die Gänsehaut angesichts der unvergleichlichen Schönheit dieses Ortes.

#### EINE REISE DER TRANSFORMATION

Diese Expedition ist viel mehr als eine Wanderung. Es ist eine Reise zu dir selbst, oft auch ein Aufbruch in ein neues Kapitel des Lebens. Sonja Piontek, die Leiterin der Expedition, «Spiegel»-Bestsellerautorin und renommierte Unternehmerin, beschreibt die Reise so: «Die Wüste ist ein Geschenk. Sie zeigt dir, wer du wirklich bist und was in dir steckt. In der Stille der Namib gibt es kein Verstecken, kein Ablenken, keine Ziehen von aussen. Es geht endlich mal nur um dich.»

Viele der Teilnehmerinnen haben sich genau deshalb für diese Reise für sich entschieden: Weil sie spürten, dass es Zeit ist, etwas nur für sich selbst zu tun. Wie Roma Patel aus England es so treffend formulierte: «Jetzt geht es endlich mal um mich!»

- 1 «Daumen hoch» nicht nur vom, sondern vor allem für das lokale Team.
- 2 Geschlafen wird in geräumigen Einzelzelten auf bequemen Matratzen.
- 3 Bevor es morgens losgeht, heisst es: Wasser abfüllen für die erste Sektion des Tages.
- 4 Das Durchqueren der ältesten Wüste der Welt – gemeinsam mit einer Gruppe internationaler Frauen (inklusive einiger Schweizerinnen) – macht etwas mit dir!





3

Trotz der Abgeschlossenheit dieses so harschen Lebensraums erleben die Teilnehmerinnen der Expedition echten Luxus – jedoch auf eine völlig andere Art als zu Hause. So errichtet das erfahrene Expeditionsteam jeden Tag ein neues Camp an den spektakulärsten Orten tief im Herzen der Wüste Namib – jedes Lager wie ein eigens kreiertes Postkartenmotiv. Inmitten der unberührten Wildnis entstehen mit einfachen Mitteln wahre Oasen der Dankbarkeit.

Ein besonderes Highlight ist der tägliche Luxus einer 10-Liter-Warmwasserdusche. Was in unserer gewohnten Welt oft selbstverständlich wirkt, wird hier nach einem langen, fordernden Tag zu einem unvergesslichen Genuss – ein Moment der Einfachheit, der den Blick auf das Wesentliche des Lebens neu ausrichtet. Auch die Sitztoiletten – liebevoll «loo with a view» genannt – bieten ein Erlebnis der besonderen Art. Wann hat man schon Million-Dollar-Ausblicke über endlose Dünen, während man sein tägliches Geschäft verrichtet? Ergänzt wird dieser ungewöhnliche Komfort durch das Team der Wüstenküche, das mit frischen Salaten, exquisiten Gerichten, Glutenfreiem, Laktosefreiem, Kräftigendem und verführerischen Desserts in der Kargheit der Wüste kulinarische Meisterwerke zaubert. Doch der wahre Luxus zeigt sich erst, wenn die Sonne hinter den Dünen versinkt und der Himmel sich in ein Meer aus Millionen funkelnder Sterne verwandelt. Der Nachthimmel der Namib zählt zu den beeindruckendsten der Welt – mit einer leuchtenden Milchstrasse, die so nah erscheint, als könne man sie mit den Händen greifen. Eingehüllt in diese magische Atmosphäre schlafen die Teilnehmerinnen auf bequemen Matratzen in Einzelzelten – kein klassisches Fünf-Sterne-Hotel, doch ein Erlebnis unter Millionen von Sternen, das für immer im Herzen bleibt.

#### DER LANGE WEG ZUR KÜSTE

Die Route dieser Expedition wurde eigens für dieses Erlebnis entwickelt – 120 Kilometer, aufgeteilt auf fünf Tage. Täglich legen die Teilnehmerinnen knapp 25 Kilometer zurück, aufgeteilt in drei Etappen, dabei tragen sie in 7-l-Hüftgurten oder kleinen Rucksäcken nur Wasser für die nächsten Stunden sowie das Wesentlichste wie Elektrolyte, Blasenpflaster, Sonnenschutz, Medikamente sowie das Handy zur Navigation und für die nächsten Million-Dollar-Shots. Per GPS navigieren sie eigenständig durch die Wüste, während ein Teil des Expeditionsteams sowie der Medical Support zur Sicherheit immer in der Nähe bleibt.

Jeder Tag birgt dabei neue Landschaften, neue Herausforderungen, neue Tiefe und neue Durchbrüche. Die Strecke führt durch die Bandbreite der Namib:



4

majestätische Dünen, flache, endlos erscheinende Wüstenstrassen und weite Salzebenen. Schritt für Schritt wachsen die Teilnehmerinnen über sich hinaus, überwinden physische und mentale Grenzen und entdecken eine Stärke, die viele nicht erahnten. Nach fünftintensiven Tagen erreicht die Gruppe den Ort, an dem zwei der grossen Giganten unserer Erde aufeinander treffen – die älteste Wüste der Welt und der tosende Atlantik. An diesem Ort liegt die legendäre Eduard Bohlen, ein Frachtschiff, das im Jahr 1909 strandete und seither von der Wüste nach und nach vereinnahmt wird. Heute ruht das Wrack, halb im Sand und in einer riesigen Salzpflanze versunken, wie ein Mahnmal der Naturgewalten. Dieser mystische Ort markiert das Ende der Wüstendurchquerung und symbolisiert die unermessliche Kraft des Erlebten. Für viele der Teilnehmerinnen wird dieser Moment zum Höhepunkt der Expedition – ein Augenblick voller Ehrfurcht und tiefer Erfüllung.

«Ich hatte meine Zweifel, ob ich es schaffen würde», erzählt Ivy Russell, Investorin aus Singapur mit Tränen in den Augen. Hinter ihr die Weite der Wüste, vor ihr der gewaltige Atlantik, neben ihr das im Sonnenuntergang schillernde Wrack der Eduard Bohlen und dahinter das letzte Wüstencamp. «Aber jetzt, wo ich die Namib durchquert habe, weiss ich, dass ich alles schaffen kann.»



«Die Wüste öffnet dir die Augen für das, *was wirklich zählt.*»

—Martina Manich, CEO und Teilnehmerin 2024

1 Am Vorabend der Expedition sind wir eingeladen bei der Witwe des Chiefs der lokalen Topnar Community – die Enkelin begrüsst uns mit schüchterner Freude.  
2 Start der Reise ist eine afrikanische Safari Lodge mit einem unvergesslichen «Welcome to Africa».  
3 Giraffen, Nashörner, Zebras, Antilopen ... was für ein Willkommensgeschenk.



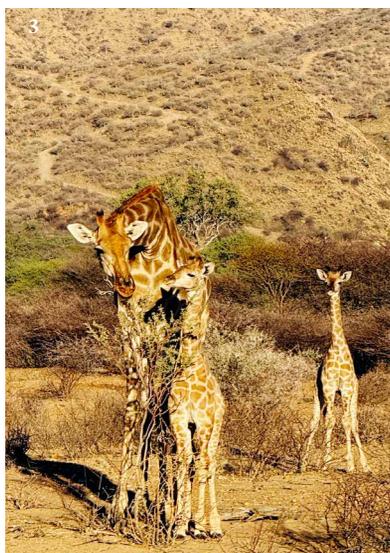
## DIE MAGIE AFRIKAS

Neben der Durchquerung der Wüste ist diese Reise ein umfassendes Erlebnis, das die Magie Afrikas in all ihren Facetten spürbar macht. Der Auftakt findet in einer luxuriösen Safari-Lodge nahe Windhoek statt, wo die Teilnehmerinnen nach Monaten des virtuellen Kennenlernens erstmals live aufeinandertreffen. Bei einer aufregenden 4x4-Safari im goldenen Licht des afrikanischen Sonnenuntergangs bestaunen sie die beeindruckende Tierwelt der Savanne – ein Moment, der die Vorfreude auf das bevorstehende Abenteuer nur noch verstärkt. Welcome to Africa!

Ein berührender Höhepunkt am Vorabend der Wüstendurchquerung ist das Abendessen in der bescheidenen Farm der Witwe des verstorbenen Hauptlings der Topnar-Community, einem der ältesten und widerstandsfähigsten Stämme Namibias. Die herzliche Gastfreundschaft und die tiefen Einblicke in die traditionsreiche Kultur der Region schaffen eine Verbindung, die alle Teilnehmerinnen nachhaltig bewegt. Zum Abschluss führt die Reise die Gruppe nach Penduka, einer Fraueninitiative im Township Katutura, nahe der Hauptstadt Windhoek. Hier begegnen die Teilnehmerinnen Frauen, die trotz enormen Herausforderungen im Leben mit Mut, Herzlichkeit und Resilienz ein Zeichen der Hoffnung setzen. In dieser bewegendem Atmosphäre entsteht nicht nur ein tiefer Sinn für Dankbarkeit, sondern auch das Gefühl, Teil einer grösseren Gemeinschaft zu sein.

## EIN AUFRUF AN DIE MUTIGEN

Es ist vermutlich klar, dass diese Namib-Wüstenexpedition auch 2025 nicht für jeden etwas ist. Sie richtet sich an Frauen, die bereit sind, über sich hinauszuwachsen, ihre Komfortzone zu verlassen und sich selbst neu zu entdecken. Wie Unternehmerin Martina Manich es so treffend ausdrückt: «Das ist nicht nur eine Reise durch die Wüste, sondern zu einem neuen, stärkeren Ich.» ●



## REISEINFORMATIONEN

### Reiseziel

Namibia

### Wüste Namib

Die Namib ist mit über 55 Millionen Jahren die älteste Wüste der Welt. Ihre unberührten Dünen, dramatischen Formationen, bizarren Salzpflanzen und der faszinierende Kontrast zwischen goldenem Sand und der Atlantikküste machen sie zu einer der beeindruckendsten Landschaften unseres Planeten. Wild, ungezähmt und majestätisch fordert die Namib alle Sinne heraus und fesselt jede Seele.

### Flughafen

Windhoek Hosea Kutako International Airport

### Visum

Namibia hat angekündigt, ab 1. April 2025 ein kostenpflichtiges Visum einzuführen, das auch Deutsche, Österreicher und Schweizer betrifft. Das Visum muss nicht vorab beantragt werden, und die Visumsgebühr von rund 80 EUR pro Person (kann sich ggf. ändern) kann bei Einreise bezahlt werden.

### Die Expedition

- Dauer: Insgesamt 10 Tage, davon 6 Tage in der Wüste (5 Tage zu Fuss)
- Route: Eine 120 Kilometer lange Wanderung durch die Namib-Wüste, von Homeb bis zum legendären Wrack der Eduard Bohlen am Atlantischen Ozean.
- Tägliche Distanz: Etwa 25 Kilometer pro Tag, aufgeteilt in drei Etappen.
- Besondere Highlights: Unberührte Landschaften erkunden, mit gleichgesinnten Frauen besondere Verbindungen knüpfen und eine tiefgreifende persönliche Transformation erleben.

### Die Organisatorin

Sonja Piontek – ein Name, der für Inspiration, Exzellenz und Transformation steht. «Spiegel»-Bestsellerautorin und international gefeierte Unternehmerin, ehemalige Marketingdirektorin BMW Asien und Gründerin der preisgekrönten Boutique-Reiseagentur Sonnenkind Pte Ltd in Singapur. Mit ihrer Leidenschaft für Abenteuer und ihrer aussergewöhnlichen Fähigkeit, transformative Erlebnisse zu kuratieren, hat Sonja eine einzigartige Expedition geschaffen. Als preisgekrönte Keynote-Sprecherin und Executive Coach hat sie in 49 Ländern Menschen inspiriert und Führungskräfte sowie Unternehmer dabei unterstützt, Klarheit, Mut und Erfolg zu finden.

## EXPEDITION 2025

### JETZT BUCHBAR

Die Expedition 2025 ist ab sofort buchbar.  
Die Teilnahmeanzahl ist limitiert.



### Details & Buchung

Besuchen Sie [sonjapiontek.com/namib](https://sonjapiontek.com/namib) oder [info@sonjapiontek.com](mailto:info@sonjapiontek.com)