

VILLSKAP

GL1

Bundet til sengen

≈ 7 min

Bind partnerens håndledd løst til sengegavlen med et mykt skjerf eller mansjetter som lett kan løsnes. Gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det, og avtal et stoppord først. Stimuler rolig med hånd og munn, gjerne med vibrator hvis begge vil. Den bundne kan når som helst si «stopp», og da løsner du alt straks.

VILLSKAP

GL2

Rolige kommandoer

≈ 7 min

Bli enige om et stoppord først, og gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det. Gi partneren korte, rolige beskjeder: «legg deg her», «ikke rør deg», «pust rolig». La partneren følge hver beskjed mens du berører sakte og styrer tempoet. Partneren kan når som helst si «stopp», og da stopper alt straks.

VILLSKAP

GL3

Bytt på styringen

≈ 7 min

Avtal først og bli enige om et stoppord. Gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det. Den ene overtar all styring i fem minutter: gir korte kommandoer, bestemmer tempo og hver berøring, og den andre adlyder nøyaktig. Bytt så roller. Den som følger kan når som helst si «stopp», og da stopper alt straks.

VILLSKAP

GL4

Hun gir fra seg kontrollen

≈ 7 min

La henne gi fra seg kontrollen helt. Gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det, og avtal et stoppord først. Du bestemmer tempo og all berøring mot klitoris og resten av kroppen. Hold henne lenge på grensen før du gir slipp. Hun velger bare verktøy: hånd, munn eller vibrator. Hun kan når som helst si «stopp», og da stopper alt straks.

VILLSKAP

GL5

Hendene over hodet

≈ 7 min

Be partneren legge håndleddene samlet over hodet og bli liggende i ro. Gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det, og avtal et stoppord først. Hold dem rolig på plass med én hånd, og bruk den andre hånden og munnen på ham. Han kan når som helst si «stopp», og da slipper du straks.

VILLSKAP

GL6

Bundet og blind

≈ 7 min

Fest partnerens håndledd løst med et mykt skjerf eller mansjetter, og legg på bind for øynene. Gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det, og bli enige om et stoppord først. Berør sakte og uforutsigbart med hånd og munn. Den bundne kan når som helst si «stopp», og da løsner du alt straks.

VILLSKAP

GL7

Partneren styrer alt

≈ 7 min

La partneren styre alt. Gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det, og avtal et stoppord først. Partneren gir korte beskjeder om tempo og berøring, og du følger nøyaktig uten å ta over. Vil dere ha samleie, styrer partneren dybde og fart selv. Partneren kan når som helst si «stopp», og da stopper alt straks.

VILLSKAP

GL8

Klaps som bygger

≈ 7 min

Bli enige om et stoppord før dere begynner, og gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det. Klaps rumpen lett med flat, samlet hånd, ett klaps om gangen, alltid på rumpe eller lår. Start så lett at det nesten kiler, og øk styrken bare når partneren sier «mer». Stopp alt straks på «stopp».

VILLSKAP

GL9

Samlet hårdrag

≈ 7 min

Avtal et stoppord først, og gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det. Samle håret i bunnen av hodet, tett mot hodebunnen, og lukk hånden rolig. Trekk jevnt og fast, aldri et rykk og aldri mot halsen. Hold et øyeblikk, slipp mykt, og trekk igjen bare på «mer» – stopp straks på «stopp».



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP

VILLSKAP

GL10

Lett biting

≈ 7 min

Bli enige om et stoppord først, og gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det. Sett tennene mykt mot skulderen eller låret til partneren, med lett press og aldri mot hals eller ansikt. Veksle mellom å bite forsiktig og kysse samme sted. Bit litt hardere bare på «mer», og slipp straks på «stopp».

VILLSKAP

GL11

Fast kniping

≈ 7 min

Avtal et stoppord først, og gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det. Klyp rolig og fast på brystet eller innsiden av låret til partneren. Hold klypet et øyeblikk, og slipp mykt. Start så vidt merkbart, øk trykket bare på «mer», gå «roligere» når partneren ber om det, og stopp straks på «stopp».

VILLSKAP

GL12

Hun jager forbi toppen

≈ 7 min

La henne holde trykkbølgeleketøyet selv og fortsette forbi den første orgasmen. Ligg tett inntil, kyss henne og hold rundt henne mens hun styrer alt. Hun går videre bare så lenge hun vil, og slipper straks på «stopp». Avtal leken først, og bare hvis begge tydelig ønsker det.

VILLSKAP

GL13

Dobbel stimulering

≈ 7 min

Før den vibrerende dildoen rolig inn i henne med rikelig glidemiddel, og hold trykkbølgeleketøyet mot klitoris samtidig. Hun styrer begge styrkene med «mer», «mindre» eller «stopp». Gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det, og avtal et stoppord først.

VILLSKAP

GL14

Penisring og vibrator

≈ 7 min

Sett penisringen på når partneren er klar, og før en vibrator med litt glidemiddel langs skaftet og penisroten samtidig. Partneren styrer vibrasjonen med «opp», «ned» eller «stopp». Ta ringen av straks ved smerte eller nummenhet. Gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det.

VILLSKAP

GL15

Penisring under samleiet

≈ 7 min

Ha samleie med penisringen på ham, og hold en vibrator mot klitoris samtidig med rolige, gyngende bevegelser. Hun styrer vibrasjonen med «mer», «mindre» eller «stopp». Ta ringen av straks ved ubehag, og ikke bruk den for lenge. Gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det, og avtal et stoppord først.

VILLSKAP

GL16

To leketøy på ham

≈ 7 min

Før en vibrator mot penishodet og en massasjestav mot penisroten samtidig, med litt glidemiddel. Partneren styrer styrken på begge med «mer», «mindre» eller «stopp». Start lavt og øk bare på «mer». Gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det, og avtal et stoppord først.

VILLSKAP

GL17

Én finger, hånd på henne

≈ 7 min

Avtal først og gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det. Bruk rikelig glidemiddel, korte negler og før én finger rolig inn til første ledd. Hold fingeren stille et øyeblikk mens hun venner seg til det, og stryk klitoris rolig med den andre hånden. Små bevegelser bare på «mer», trekk rolig ut på «stopp».

VILLSKAP

GL18

Én finger, munn på henne

≈ 7 min

Bli enige om et stoppord og gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det. Ha rikelig glidemiddel og korte negler klart. Før én finger rolig inn i rumpa til første ledd og hold den helt stille. Legg munnen mykt mot klitoris samtidig. Beveg fingeren litt bare når hun sier «mer», følg pusten og trekk rolig ut på «stopp».



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP

VILLSKAP

GL19

Hun styrer fingeren

≈ 7 min

La henne vise tempoet, og gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det. Bruk rikelig glidemiddel og korte negler, og før én finger rolig inn i rumpa, bare til første ledd, når hun sier «tydelig ja». Hold helt stille til hun ber om «mer». Legg den andre hånden rolig på klitoris. Følg pusten hennes og trekk ut på «stopp».

VILLSKAP

GL20

Én finger og hånd på penis

≈ 7 min

Avtal først og gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det. Bruk rikelig glidemiddel, korte negler og før én finger rolig inn til første ledd. Hold fingeren helt stille et øyeblikk mens partneren venner seg til det. Ta rolig rundt penis med den andre hånden samtidig. Små bevegelser bare på «mer», trekk rolig ut på «stopp».

VILLSKAP

GL21

Én finger, munn på ham

≈ 7 min

Bli enige om et stoppord og gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det. Ha rikelig glidemiddel og korte negler klart. Før én finger rolig inn til første ledd og hold den helt stille. Bruk munnen rolig på ham samtidig. Beveg fingeren litt bare når han sier «mer», følg pusten, og trekk rolig ut på «stopp».

VILLSKAP

GL22

Bakfra med hådrag

≈ 7 min

Avtal et stoppord først, og gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det. Ha samleie bakfra, saml partnerens hår nær hodebunnen og dra jevnt og rolig — aldri mot halsen, aldri i rykk. Legg den andre hånden frem der partneren vil ha den, og start i rolig tempo. Dra fastere eller gå fortere bare på «mer», og slipp alt straks ved «stopp».

VILLSKAP

GL23

Fastholdt håndledd

≈ 7 min

Bli enige om et stoppord først, og gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det. Ha samleie ansikt til ansikt og hold partnerens håndledd rolig mot madrassen over hodet — fast og trygt, men lett å komme løs fra. Start rolig og øk bare på «mer». Slipp taket straks ved «stopp».

VILLSKAP

GL24

Dyp vinkel, du styrer

≈ 8 min

Ha samleie i en dyp vinkel der du styrer dybden, mens partneren har stoppordet. Gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det, og bli enige om et stoppord først.

Full veiledning: se stillingsbiblioteket i regelheftet.

VILLSKAP

GL25

Massasjestav mot klitoris

≈ 7 min

Bli enige om et stoppord først, og gjør dette bare hvis begge tydelig ønsker det. Partneren velger stilling: øverst eller i skje. Ha samleie mens partneren holder en massasjestav mot klitorisområdet. Hold deg stødig og følg partnerens tempo så staven ligger i ro. Øk bare på «mer», og stopp alt straks ved «stopp».



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP



GNISTEN

NIVÅ 7 · VILLSKAP