

ČERVENÁ

R 1

Její rytmus

≈ 5 min

Nech ji, ať vezme tvou ruku a vede ji k místu, tlaku a tempu. Až pustí, pokračuj přesně tak, jak ti ukázala.

ČERVENÁ

R 2

Jeho rytmus

≈ 5 min

Nech ho, ať položí svou ruku na tvou a ukáže úchop a tempo, které má rád. V případě potřeby použij lubrikant a udržuj rovnoměrný rytmus.

ČERVENÁ

R 3

Rovnoměrné dráždění klitorisu

≈ 5 min

Dráždí jí oblast klitorisu rovnoměrným rytmem a lehkým tlakem. Neměň techniku moc často — když něco funguje, zůstaň u toho.

ČERVENÁ

R 4

Pomalá ruka

≈ 5 min

Použij lubrikant a klidnou ruku na penis. Udržuj stejný úchop a měň spíš tlak než rychlost. Klidně si udělej pauzu i dvě, když máš ruku u kořene penisu — sevři pevněji, podrž pár vteřin, pak pokračuj. Zeptej se partnera, jestli je mu to příjemné.

ČERVENÁ

R 5

Perineum

≈ 4 min

Jemně masíruj partnerovu hráz — oblast mezi genitáliemi a konečníkem — zvenčí těla. Použij plochý bříšek prstu, rovnoměrný tlak a lubrikant.

ČERVENÁ

R 6

Nabuzení a zklidnění

≈ 6 min

Přiveď partnera rukou blízko silné rozkoše, pak ho zklidni klidnými polibky na ústa, krk a hrud', a znovu ho nabud'. Dělej to jen pokud to partner má rád.

ČERVENÁ

R 7

Žena pohodlně

≈ 6 min



Přijímací poloha, ve které žena leží pohodlně a všechno je na dosah.

Úplný návod: viz knižovna poloh v pravidlech.

ČERVENÁ

R 8

Pauza bez odstupu

≈ 3 min

Přeruš stimulaci, ale zachovej tělesný kontakt: drž partnera a klidně líbej krk a ramena. Partner řekne „pokračuj“, až budete chtít jít dál.

ČERVENÁ

R 9

Nic neměň

≈ 5 min

Stimuluj partnera. Když se partner blíží silné rozkoši, zeptej se jednou: „Mám pokračovat přesně takhle?“ Pokud ano: udržuj rytmus, tlak i místo naprosto stabilní — a už se dál neptej.



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ

ČERVENÁ

R 10

Pokračuj přesně tam

≈ 5 min

Najdi jeden typ doteku, na který partner dobře reaguje. Udržuj stejné místo, rytmus a tlak alespoň tři minuty — neměň to, i kdyby ti to připadalo jednotvárné.

ČERVENÁ

R 11

Opřený o hrud'

≈ 5 min

Přijímající se opírá o tvou hrud' — blízkost zezadu, ruce zepředu.

Úplný návod: viz knihovna poloh v pravidlech.

ČERVENÁ

R 12

Ruku v ruce na boku

≈ 5 min

Poloha na boku tváří v tvář, kdy si dáváte rozkoš současně — ve stejném klidném tempu.

Úplný návod: viz knihovna poloh v pravidlech.

ČERVENÁ

R 13

Její hlavní karta

≈ 6 min



Vybere si: ruku, ústa nebo vibrátor. Dej jí vnější stimulaci tím, co si vybere. Udržuj rovnoměrný rytmus a neměň ho moc často.

ČERVENÁ

R 14

Vibrátor na vulvě

≈ 6 min

Použij vibrátor na nízký výkon zvenčí na vulvě. Pokud je to příliš intenzivní, vlož mezi ně tenkou látku. Ona řídí sílu slovy „nahoru“ a „dolů“.

ČERVENÁ

R 15

Tlaková vlna pro ni

≈ 6 min

Použij hračku s tlakovou vlnou na nízký výkon přímo na klitoris nebo těsně vedle něj. Drž ji v klidu tam, kde říká, že to cítí, a přitom ji líbej.

ČERVENÁ

R 16

Kroužky kolem, ne na

≈ 5 min

Kreslí špičkou prstu a lubrikantem klidné kroužky kolem klitorisu — po stranách a přes kůži nad ním, ne přímo na něj. Udržuj kroužek rovnoměrný a kulatý. Doprostřed zajed' jen když řekne „blíž“.

ČERVENÁ

R 17

Tři pohyby

≈ 5 min

Vyzkoušej s lubrikantem tři pohyby na oblasti klitorisu: nahoru a dolů, malé kroužky a ze strany na stranu — každý půl minuty. Ona vybere slovem „tenhle“. Poté drž vítězný pohyb naprosto rovnoměrně.

ČERVENÁ

R 18

Klidný jazyk

≈ 5 min

Polož jazyk plochý a úplně nehybný na klitoris a zůstaň tak. Nech ji, ať se k tobě sama pohybuje boky ve svém tempu, zatímco ty držíš rovnoměrný protitlak. Teprve když řekne „víc“, začni jazykem pohybovat sám — klidně.



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ

ČERVENÁ

R 19

Všechn čas světa

≈ 5 min

Než začneš, řekni nahlas: „Mám na to celou věčnost a miluji tohle.“ Pak dopřej partnerovi klidnou rozkoš ústy a cestou dávej najevo, že to myslíš vážně — tiché „mmm“ na kůži působí jako slabá vibrace. Když si všimneš, že partner uniká do hlavy, klidně zopakuj větu a pokračuj stejně pomalu. Partner řekne „dost“.

ČERVENÁ

R 20

Skoro tam

≈ 5 min

Masíruj vnitřní stranu jejích stehen a třísla intimním masážním olejem — pokud ho nemáš, použij lubrikant. Pomalu se přibližuj ke klitorisu a projížděj kolem, aniž by ses ho dotkl. Opakuj skoro-dotek, dokud neřekne „ted“ — teprve pak zůstaň.

ČERVENÁ

R 21

Lehčeji, než si myslíš

≈ 5 min

Začni lehčeji, než si myslíš: hlad oblast klitorisu bříšky prstů, lehce jako přes víčko. Udržuj tento tlak, dokud neřekne „víc tlaku“ — a pak ho zvyš jen o jeden stupeň.

ČERVENÁ

R 22

Jeden prst, úplně v klidu

≈ 5 min

Pokud chce, jemně zaveď s lubrikantem jeden prst dovnitř a drž ho úplně nehybně, zatímco ústa nebo druhá ruka pracují zvenku. Teprve když řekne „víc“, pomalu ohni prst směrem k přední stěně pohybem „pojd sem“.

ČERVENÁ

R 23

Spodní strana žaludu

≈ 5 min

Hlad bříškem palce a lubrikantem v malých, lehkých kroužcích spodní stranu penisu, těsně pod žaludem — místo, kde je nejcitlivější. Udržuj klidné a rovnoměrné tempo. On tě navádí slovy „lehčeji“ nebo „pevněji“.

ČERVENÁ

R 24

Teplá ruka pod

≈ 5 min

Polož teplou dlaň jako mističku kolem jeho šourku, úplně v klidu — jen teplo a lehká váha. Druhou rukou klidně hlad penis s lubrikantem. On tě navádí slovy „pevněji“ nebo „volněji“.

ČERVENÁ

R 25

Rty, které lehce sají

≈ 5 min

Klidně a rovnoměrně lízej oblast klitorisu, dokud se dobře nerozehřeje. Pak jemně sevři rty kolem klitorisu a na jednu vteřinu velmi jemně nasej — jako malý, vlhký polibek — než se vrátíš k jazyku. Opakuj sání v pravidelných intervalech, vždy stejně jemně, nikdy silněji z vlastní iniciativy. Ona řídí slovy „víc sání“, „jen jazyk“ a „stejně“.



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ



JISKRA

ÚROVEŇ 4 · ČERVENÁ