

ΑΓΡΙΟ

GL1

Δεμένο στο κρεβάτι

≈ 7 min

Δέστε τους καρπούς του συντρόφου σας χαλαρά στο κεφάλारी με ένα απαλό μαντίλι ή μανσέτες που μπορούν να αποσπαστούν εύκολα. Κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο και συμφωνήσετε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού. Διεγείρετε ήρεμα με το χέρι και το στόμα, κατά προτίμηση με δονητή αν θέλουν και τα δύο. Ο δεσμευμένος μπορεί να πει «σταμάτα» ανά πάσα στιγμή και μετά τα απελευθερώνεις αμέσως όλα.

ΑΓΡΙΟ

GL2

Ήρεμες εντολές

≈ 7 min

Συμφωνήστε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού και κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο. Δώστε στον σύντροφό σας σύντομα, ήρεμα μηνύματα: «Ξαπλώστε εδώ», «μην κουνηθείτε», «ανπνεύστε ήρεμα». Αφήστε τον σύντροφό σας να ακολουθεί κάθε μήνυμα ενώ εσείς αγγίζετε αργά και ελέγξετε τον ρυθμό. Ο σύντροφος μπορεί να πει «σταμάτα» ανά πάσα στιγμή και τότε όλα σταματούν αμέσως.

ΑΓΡΙΟ

GL3

Αντικαταστήστε το τιμόνι

≈ 7 min

Συμφωνήστε πρώτα και συμφωνήστε σε μια λέξη τερματισμού. Κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν και οι δύο ξεκάθαρα. Ο ένας αναλαμβάνει όλο τον έλεγχο για πέντε λεπτά: δίνει σύντομες εντολές, καθορίζει τον ρυθμό και κάθε άγγιγμα και ο άλλος υπακούει ακριβώς. Στη συνέχεια αλλάξετε ρόλους. Το άτομο που ακολουθεί μπορεί να πει "σταμάτα" ανά πάσα στιγμή και μετά όλα σταματούν αμέσως.

ΑΓΡΙΟ

GL4

Εγκαταλείπει τον έλεγχο

≈ 7 min

Αφήστε την να παραιτηθεί εντελώς από τον έλεγχο. Κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο και συμφωνήσετε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού. Εσείς αποφασίζετε τον ρυθμό και όλα αγγίζουν την κλειτορίδα και το υπόλοιπο σώμα. Κρατήστε την στην άκρη για πολλή ώρα πριν την αφήσετε να φύγει. Επιλέγει μόνο εργαλεία: χέρι, στόμα ή δονητή. Μπορεί να πει «σταμάτα» ανά πάσα στιγμή και τότε όλα σταματούν αμέσως.

ΑΓΡΙΟ

GL5

Τα χέρια πάνω από το κεφάλι

≈ 7 min

Ζητήστε από τον σύντροφό σας να ενώσει τους καρπούς του πάνω από το κεφάλι του και να ξαπλώσει ακίνητος. Κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο και συμφωνήσετε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού. Κρατήστε τα ήρεμα στη θέση τους με το ένα χέρι και χρησιμοποιήστε το άλλο χέρι και το στόμα πάνω του. Μπορεί να πει «σταμάτα» ανά πάσα στιγμή και θα απελευθερωθείς αμέσως.

ΑΓΡΙΟ

GL6

Δεμένο και τυφλό

≈ 7 min

Στερεώστε τους καρπούς του συντρόφου σας χαλαρά με ένα απαλό κασκόλ ή μανσέτες και δέστε τους τα μάτια. Κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο και συμφωνήσετε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού. Αγγίξτε αργά και απρόβλεπτα με το χέρι και το στόμα. Ο δεσμευμένος μπορεί να πει «σταμάτα» ανά πάσα στιγμή και μετά τα απελευθερώνεις αμέσως όλα.

ΑΓΡΙΟ

GL7

Ο σύντροφος ελέγχει τα πάντα

≈ 7 min

Αφήστε τον σύντροφό σας να διαχειριστεί τα πάντα. Κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο και συμφωνήσετε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού. Ο συνεργάτης δίνει σύντομα μηνύματα σχετικά με το ρυθμό και το άγγιγμα και εσείς ακολουθείτε ακριβώς χωρίς να αναλαμβάνετε. Αν θέλετε να κάνετε συνουσία, ο σύντροφός σας ελέγχει μόνος του το βάθος και την ταχύτητα. Ο σύντροφος μπορεί να πει «σταμάτα» ανά πάσα στιγμή και τότε όλα σταματούν αμέσως.

ΑΓΡΙΟ

GL8

Παλαμάκια που χτίζουν

≈ 7 min

Συμφωνήστε σε μια λέξη τερματισμού πριν ξεκινήσετε και κάντε αυτό μόνο εάν και οι δύο σας το θέλετε ξεκάθαρα. Χτυπήστε ελαφρά το κάτω μέρος με ένα επίπεδο χέρι, ένα χαστούκι τη φορά, πάντα στο κάτω μέρος ή στο μηρό. Ξεκινήστε τόσο ελαφρά που σχεδόν γαργαλάει και αυξήστε τη δύναμη μόνο όταν ο σύντροφός σας λέει «περισσότερα». Σταματήστε τα πάντα αμέσως στο «στοπ».

ΑΓΡΙΟ

GL9

Συνολική γραμμή μαλλιών

≈ 7 min

Συμφωνήστε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού και κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο. Μαζέψτε τα μαλλιά στο κάτω μέρος του κεφαλιού, κοντά στο τριχωτό της κεφαλής και κλείστε το χέρι σας ήρεμα. Τραβήξτε ομοιόμορφα και σταθερά, ποτέ τράνταγμα και ποτέ στο λαιμό. Κρατήστε για μια στιγμή, αφήστε απαλά και πάλι απλώς τραβήξτε το "περισσότερο" - σταματήστε αμέσως στο "σταμάτημα".



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ

ΑΓΡΙΟ

GL10

Ελαφρύ δάγκωμα

≈ 7 min

Συμφωνήστε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού και κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο. Τοποθετήστε τα δόντια σας απαλά στον ώμο ή στο μηρό του συντρόφου, με ελαφριά πίεση και ποτέ στον λαιμό ή στο πρόσωπο. Εναλλάξτε το απαλό δάγκωμα και το φιλί στο ίδιο σημείο. Δαγκώστε λίγο πιο δυνατά μόνο στο "περισσότερο", και αφήστε αμέσως στο "stop".

ΑΓΡΙΟ

GL11

Σκληρό τσίμπημα

≈ 7 min

Συμφωνήστε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού και κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο. Τσιμπήστε απαλά και σταθερά το στήθος ή το εσωτερικό του μηρού του συντρόφου σας. Κρατήστε το τσίμπημα για μια στιγμή και αφήστε το απαλά. Ξεκινήστε ελάχιστα αισθητά, αυξήστε την πίεση μόνο στο «περισσότερο», πηγαίνετε «πιο ήρεμα» όταν το ζητήσει ο σύντροφος και σταματήστε αμέσως στο «σταματήστε».

ΑΓΡΙΟ

GL12

Προσπερνά την κορυφή

≈ 7 min

Αφήστε την να κρατήσει μόνη της το παιχνίδι κρουστικών κυμάτων και να συνεχίσει μετά τον πρώτο οργασμό. Ξάπλωσε κοντά, φίλησε την και κράτησέ την γύρω της ενώ εκείνη ελέγχει τα πάντα. Συνεχίζει μόνο όσο θέλει, και αμέσως αφήνει το «στοπ». Συμφωνήστε πρώτα για το παιχνίδι και μόνο εάν το θέλουν και οι δύο ξεκάθαρα.

ΑΓΡΙΟ

GL13

Διπλή διέγερση

≈ 7 min

Εισαγάγετε απαλά το δονούμενο δονητή μέσα της με άφθονο λιπαντικό, κρατώντας ταυτόχρονα το παιχνίδι κρουστικών κυμάτων στην κλειτορίδα της. Ελέγχει και τις δύο δυνάμεις με «περισσότερο», «λιγότερο» ή «σταμάτα». Κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο και συμφωνήσετε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού.

ΑΓΡΙΟ

GL14

Δαχτυλίδι πέους και δονητής

≈ 7 min

Φορέστε τον δακτύλιο του πέους όταν ο σύντροφός σας είναι έτοιμος και ενεργοποιήστε ταυτόχρονα έναν δονητή με λίγο λιπαντικό κατά μήκος του άξονα και της ρίζας του πέους. Ο συνεργάτης ελέγχει τη δόνηση με «πάνω», «κάτω» ή «σταμάτα». Αφαιρέστε αμέσως τον δακτύλιο σε περίπτωση πόνου ή μωδιάσματος. Κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν και οι δύο ξεκάθαρα.

ΑΓΡΙΟ

GL15

Δαχτυλίδι πέους κατά τη σεξουαλική επαφή

≈ 7 min

Κάντε επαφή με το δαχτυλίδι του πέους πάνω του και κρατήστε ένα δονητή στην κλειτορίδα ταυτόχρονα με ήρεμες, λικνιστικές κινήσεις. Ελέγχει τη δόνηση με «περισσότερο», «λιγότερο» ή «σταμάτα». Βγάλτε αμέσως το δαχτυλίδι εάν αισθανθείτε κάποια ενόχληση και μην το φοράτε για πολλή ώρα. Κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο και συμφωνήσετε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού.

ΑΓΡΙΟ

GL16

Δύο παιχνίδια πάνω του

≈ 7 min

Μετακινήστε έναν δονητή στο κεφάλι του πέους και ένα μασάζ στη ρίζα του πέους ταυτόχρονα, με λίγο λιπαντικό. Ο σύντροφος ελέγχει τη δύναμη και στα δύο με «περισσότερο», «λιγότερο» ή «σταμάτα». Ξεκινήστε χαμηλά και αυξήστε μόνο σε "περισσότερο". Κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο και συμφωνήσετε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού.

ΑΓΡΙΟ

GL17

Ένα δάχτυλο, το χέρι πάνω της

≈ 7 min

Συμφωνήστε πρώτα και κάντε αυτό μόνο εάν και οι δύο το θέλουν ξεκάθαρα. Χρησιμοποιήστε άφθονο λιπαντικό, κοντά νύχια και βάλτε απαλά το ένα δάχτυλό σας στην πρώτη άρθρωση. Κρατήστε το δάχτυλό σας ακίνητο για μια στιγμή όσο το συνηθίζει και χάιδεψε απαλά την κλειτορίδα της με το άλλο σου χέρι. Μικρές κινήσεις μόνο στο "περισσότερο", τραβήξτε έξω ήρεμα στο "στοπ".

ΑΓΡΙΟ

GL18

Ένα δάχτυλο, το στόμα πάνω της

≈ 7 min

Συμφωνήστε σε μια λέξη τερματισμού και κάντε αυτό μόνο εάν και οι δύο το θέλουν ξεκάθαρα. Έχετε έτοιμα άφθονο λιπαντικό και κοντά νύχια. Εισαγάγετε απαλά ένα δάχτυλο στο κάτω μέρος της πρώτης άρθρωσης και κρατήστε το εντελώς ακίνητο. Τοποθετήστε το στόμα σας απαλά στην κλειτορίδα ταυτόχρονα. Κουνήστε λίγο το δάχτυλό σας μόνο όταν λέει «περισσότερο», ακολουθήστε την αναπνοή σας και τραβήξτε ήρεμα προς τα έξω «σταματήστε».



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ



__ΜΑΡΚΑ__

ΕΠΙΠΕΔΟ 7 · ΑΓΡΙΟ

ΑΓΡΙΟ

GL19

Ελέγχει το δάχτυλό της

≈ 7 min

Αφήστε την να καθορίσει το ρυθμό και κάντε αυτό μόνο αν το θέλουν και οι δύο ξεκάθαρα. Χρησιμοποιήστε άφθονο λιπαντικό και κοντά νύχια και βάλτε ήρεμα το ένα δάχτυλό της στον κώλο της, μόνο στο πρώτο μέρος, όταν λέει «σαφώς ναι». Μείνε εντελώς ήσυχος μέχρι να ζητήσει «περισσότερα». Τοποθετήστε το άλλο χέρι ήρεμα στην κλειτορίδα. Ακολουθήστε την αναπνοή της και τραβήξτε έξω στο «στοπ».

ΑΓΡΙΟ

GL20

Ένα δάχτυλο και ένα χέρι στο πέος

≈ 7 min

Συμφωνήστε πρώτα και κάντε αυτό μόνο εάν και οι δύο το θέλουν ξεκάθαρα. Χρησιμοποιήστε άφθονο λιπαντικό, κοντά νύχια και βάλτε απαλά το ένα δάχτυλό σας στην πρώτη άρθρωση. Κρατήστε το δάχτυλό σας εντελώς ακίνητο για μια στιγμή όσο ο σύντροφός σας το συνηθίζει. Τυλίξτε απαλά γύρω από το πέος με το άλλο χέρι ταυτόχρονα. Μικρές κινήσεις μόνο στο "περισσότερο", τραβήξτε έξω ήρεμα στο "στοπ".

ΑΓΡΙΟ

GL21

Ένα δάχτυλο, στόμα τον

≈ 7 min

Συμφωνήστε σε μια λέξη τερματισμού και κάντε αυτό μόνο εάν και οι δύο το θέλουν ξεκάθαρα. Έχετε έτοιμα άφθονο λιπαντικό και κοντά νύχια. Φέρτε απαλά το ένα δάχτυλο στην πρώτη άρθρωση και κρατήστε το εντελώς ακίνητο. Χρησιμοποιήστε το στόμα σας ήρεμα πάνω του ταυτόχρονα. Κουνήστε λίγο το δάχτυλό σας μόνο όταν λέει "περισσότερα", ακολουθήστε την αναπνοή σας και τραβήξτε ήρεμα προς τα έξω "σταματήστε".

ΑΓΡΙΟ

GL22

Πίσω όψη με γραμμή μαλλιών

≈ 7 min

Συμφωνήστε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού και κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο. Κάντε σεξ από πίσω, μαζέψτε τα μαλλιά του συντρόφου σας κοντά στο τριχωτό της κεφαλής και τραβήξτε ομαλά και ήρεμα — ποτέ στο λαιμό, ποτέ με τραντάγματα. Τοποθετήστε το άλλο χέρι προς τα εμπρός εκεί που το θέλει ο σύντροφός σας και ξεκινήστε με χαλαρό ρυθμό. Τραβήξτε πιο δυνατά ή προχωρήστε πιο γρήγορα μόνο στο "περισσότερο", και αφήστε το αμέσως στο "stop".

ΑΓΡΙΟ

GL23

Συγκρατημένος καρπός

≈ 7 min

Συμφωνήστε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού και κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο. Κάντε σεξ πρόσωπο με πρόσωπο και κρατήστε τους καρπούς του συντρόφου σας σταθερά στο στρώμα πάνω από το κεφάλι σας — σταθερό και ασφαλές, αλλά εύκολο να ξεφύγετε από αυτό. Ξεκινήστε ήρεμα και απλώς αυξήστε το σε "περισσότερο". Αφήστε αμέσως την οροφή στο «στοπ».

ΑΓΡΙΟ

GL24

Βαθιά γωνία, ελέγχετε

≈ 8 min

Κάντε σεξ σε βαθιά γωνία όπου ελέγχετε το βάθος, ενώ ο σύντροφος έχει τον σταματημένο λόγο. Κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο και συμφωνήσετε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού.

Πλήρης καθοδήγηση: δείτε τη βιβλιοθήκη θέσεων στο φυλλάδιο κανόνων.

ΑΓΡΙΟ

GL25

Στικ μασάζ κατά της κλειτορίδας

≈ 7 min

Συμφωνήστε πρώτα σε μια λέξη τερματισμού και κάντε αυτό μόνο εάν το θέλουν ξεκάθαρα και οι δύο. Ο σύντροφος επιλέγει μια θέση: από πάνω ή στο κουτάλι. Κάντε σεξ ενώ ο σύντροφος κρατά ένα μασάζ στην περιοχή της κλειτορίδας. Μείνετε σταθεροί και ακολουθήστε τον ρυθμό του συντρόφου σας ώστε το ραβδί να είναι σε ηρεμία. Απλώς αυξήστε το σε "περισσότερο" και σταματήστε τα πάντα αμέσως στο "stop".

