

ORANGE

01

Besos sobre ropa interior

≈ 3 min

Besa a tu pareja a través o alrededor de su ropa interior, en sus caderas, estómago y muslos. Mantenlo ligero y provocativo.

ORANGE

02

Enfoque en el pecho

≈ 4 min

Besa y acaricia los senos o el pecho de tu pareja. Comience con una mano plana y besos suaves, y pregúnteles si les gustaría más presión o intensidad.

ORANGE

03

Vibrador sobre ropa interior

≈ 3 min

Usa un vibrador sobre la ropa interior de tu pareja. Comience con una configuración baja y déjeles decidir si aumentarla.

ORANGE

04

Concéntrate en ella, suavemente

≈ 4 min

Ahora es su turno. Deja que tome tu mano y la coloque donde quiera que la toque, sobre o alrededor de su ropa interior. Sigue el lugar, la presión y el ritmo que ella muestra, sin apropiarse.

ORANGE

05

Concéntrate en él, suavemente.

≈ 4 min

Ahora es su turno. Besa su estómago, caderas y parte interna de los muslos, avanzando lentamente hacia el área alrededor de su ropa interior. Mantenlo divertido y sin prisas.

ORANGE

06

Masaje relajante

≈ 5 min

Deje que su pareja se acueste boca arriba con los ojos cerrados, preferiblemente con los ojos vendados. Utilice aceite de masaje íntimo. Con la mano plana, haga círculos lentos desde la caja torácica, pasando por el estómago y los muslos hasta las pantorrillas. Descanse un poco en la ingle y la parte interna de los muslos, luego acaricie suavemente hacia atrás y termine con suaves besos en el estómago.

ORANGE

07

Con los ojos vendados

≈ 4 min



Pregúntale a tu pareja si le gustaría usar una venda en los ojos. Besa suavemente su estómago, pecho, muslos y caderas. Si así lo desean, termina con unos besos suaves cerca o sobre su ropa interior.

ORANGE

08

agua tibia

≈ 3 min



Tomen una ducha tibia juntos. Lávense mutuamente los hombros, la espalda, el estómago, las piernas y los pies. Deje que la persona que recibe guíe lo que le hace sentir bien.

ORANGE

09

Encuentra el ritmo

≈ 4 min

Prueba el mismo beso suave en tres lugares: cuello, pecho y parte interna del muslo. Pregunte en qué lugar se sintió mejor y luego permanezca allí con el mismo ritmo durante al menos un minuto.



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE

ORANGE

O10

Fondo y muslos

≈ 4 min

Masajea las nalgas y los muslos de tu pareja. Use aceite o lubricante en la piel externa si le parece bien.

ORANGE

O11

solo labios

≈ 3 min

Utilice únicamente los labios, las mejillas y el aliento en el cuello, el pecho, el estómago y los muslos de su pareja durante un minuto. Mantén tus manos detrás de tu espalda, luego colócalas suavemente sobre sus caderas y termina con un pequeño beso.

ORANGE

O12

su turno

≈ 4 min

Estimule el área del clítoris sobre su ropa interior con las yemas de los dedos en círculos lentos y uniformes. Mantenga la presión ligera y constante y déjela ajustarse con "más" o "menos".

ORANGE

O13

Cuerpo a cuerpo

≈ 4 min

Frote su cuerpo lentamente contra el de su pareja, piel con piel, con el peso sobre las caderas y los muslos. Utilice lubricante en la piel externa si la fricción se vuelve incómoda.

ORANGE

O14

Dos minutos cada uno

≈ 4 min

Explora la ropa interior de tu pareja con las manos para satisfacer tu propia curiosidad: siente la textura, el calor y la forma. Sea breve en el pecho y zonas íntimas, etc. La pareja sólo dice "stop" si algo le resulta incómodo. Cambie de roles cuando hayan pasado dos minutos.

ORANGE

O15

Dilo antes de hacerlo

≈ 4 min

Susurrarle a tu pareja's ear exactly what you are going to do: "Now I'm que te va a besar en el fondo del estómago". Espera tres respiraciones tranquilas y luego haz exactamente lo que dijiste, nunca más. Repite con nuevos lugares alrededor de la ropa interior. Cumplir la promesa es la mitad de la diversión.

ORANGE

O16

Flujo y reflujo

≈ 4 min

Acaricia suavemente la ropa interior de tu pareja's stomach, hips and thighs. Stay by the edge of your partner' durante solo dos segundos y deslízate hacia un lugar más tranquilo. Retrocede un poco más en cada ronda, como una marea. El compañero dice "stay" cuando tienes que parar ahí.

ORANGE

O17

déjalo hervir a fuego lento

≈ 4 min

Besa intensamente a tu pareja durante dos minutos: manos en el cabello, cuerpo pegado al cuerpo en ropa interior. Luego, deténganse por completo, de común acuerdo, y acuéstense uno al lado del otro durante un minuto sin tocarse. Sepa cuánto sucede en el cuerpo cuando no pasa nada. Uno de ustedes dice "continue" cuando se acaba el minuto.

ORANGE

O18

El compañero marca el ritmo

≈ 4 min

El hombre yace boca arriba. La mujer se sienta sobre tu cadera en ropa interior y se mueve hacia ti a su propio ritmo y ángulo. El hombre puede mantener tranquilamente las manos en las caderas de su pareja sin dirigirla. La mujer dice "hold" para un agarre más firme y "let go" para libertad, y decide cuándo es suficiente.



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE

ORANGE

019

Balancearse contra la mano

≈ 4 min

Apoye una mano plana e inmóvil sobre la ropa interior de su pareja con una presión uniforme y firme, sin ningún movimiento de su parte. El compañero balancea la cadera contra la mano a su propio ritmo. Tu trabajo es mantener la presión constante, como una pared a la que enfrentarte. El compañero se ajusta con "heavier" o "lighter".

ORANGE

020

Boca tranquila con besos tranquilos.

≈ 4 min

Baja tus labios en silencio hacia tu pareja por encima de su ropa interior y deja que el calor y la respiración actúen durante medio minuto. Besa cuatro besos suaves a través de la tela. No lo elimines a menos que tu pareja claramente lo desee. Luego, eligen entre besos más prolongados o pasar a la siguiente carta.

ORANGE

021

Toque al exhalar

≈ 4 min

Encuentre la exhalación de su compañero's breath with a flat hand on your sternum. Then stroke down the chest, abdomen and thighs only on your partner's y descansa su mano completamente quieta en la inhalación. Encuentra la mirada cuando se sienta natural. Deja que la respiración de tu pareja marque el ritmo.

ORANGE

022

Brevemente, así sucesivamente.

≈ 4 min

Acarícialo sobre su ropa interior en visitas cortas: unos segundos sobre su pene, luego sobre su estómago, muslos y espalda. Deje que las yemas de los dedos también toquen brevemente el escroto y la raíz del pene. Es el intercambio el que construye. No te quedes en ningún lado hasta que diga "stay there."

ORANGE

023

Aceite tibio en los senos.

≈ 4 min

Aceite de masaje íntimo tibio entre las palmas; si no lo tienes, usa lubricante. Nunca verter directamente sobre la piel. Masajee sus senos en círculos grandes y lentos de afuera hacia adentro, dejando los pezones para el final, apenas. Ella gobierna con "more" y "easier".

ORANGE

024

La pareja se encuentra con el vibrador.

≈ 4 min

Mantenga el vibrador a baja potencia completamente quieto contra el punto de su pareja's underwear, with a firm hand. The partner moves his hips against it and finds space and pressure himself — the fabric cushions, and that's. Muévelo solo cuando tu compañero diga "move".

ORANGE

025

Cuatro besos, un muslo

≈ 4 min

Dale a tu pareja cuatro besos en la parte interna del muslo, uno de cada tipo: completamente ligero, con suaves presiones, con los labios cogiendo un poco de piel y con la punta de la lengua. El socio elige al ganador con un solo "den". Repite lentamente el beso ganador a lo largo del borde de la ropa interior de tu pareja.



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE