

LILLA

L1

Misjonär padjaga

≈ 7 min



Vaikne misjonäri variant, kus nurk töötab tema jaoks.

Täielik juhend: vaadake positsiooniteeki reeglite brošüürist.

LILLA

L2

Ta tipus

≈ 7 min



Ta on tipus ja otsustab kõik – liikumise, sügavuse ja tempo.

Täielik juhend: vaadake positsiooniteeki reeglite brošüürist.

LILLA

L3

Lusikas käega ees

≈ 7 min



Külgkorv, mis on loodud kestma — lähedus taga, nauding ees.

Täielik juhend: vaadake positsiooniteeki reeglite brošüürist.

LILLA

L4

Naiste keskendumine seksi ajal

≈ 7 min



Ta valib vahekorras asendi – lusikas, peal või süles – nii et tema esiosa on käe või vibraatori jaoks vaba.

Täielik juhend: vaadake positsiooniteeki reeglite brošüürist.

LILLA

L5

Näost näkku külili lamades

≈ 7 min

Külglagrigid vastamisi — vaiksed, tihedad ja kergesti reguleeritavad.

Täielik juhend: vaadake positsiooniteeki reeglite brošüürist.

LILLA

L6

Tema jaoks voodi kõrval

≈ 7 min

Ta voodi serval - ta seisab ja tema esiosa on täiesti vaba.

Täielik juhend: vaadake positsiooniteeki reeglite brošüürist.

LILLA

L7

Luud kogutud

≈ 7 min

Misjonäride variatsioon koos jalgadega – rohkem kontakti väiksema liikumisega.

Täielik juhend: vaadake positsiooniteeki reeglite brošüürist.

LILLA

L8

Ta kõhuli padjaga

≈ 7 min

Ta lebab kõhuli madalal padjal – kõige rahulikum variant.

Täielik juhend: vaadake positsiooniteeki reeglite brošüürist.

LILLA

L9

Istub toega

≈ 7 min

Ta istub vastu viilu, naine tema süles, seljaga tema poole — käed on eest vabad.

Täielik juhend: vaadake positsiooniteeki reeglite brošüürist.



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA

LILLA

L10

Rahulik kiikumine

≈ 7 min

Misjonäri variant, kus ta lamab kõrgel ja kiikab, mitte ei tõuka.

Täielik juhend: vaadake positsiooniteeki reeglite brošüürist.

LILLA

L11

Tema kombinatsioon

≈ 7 min

Ta paneb õhtu kokku: seisukoht, täiendused ja järeltus.

Täielik juhend: vaadake positsiooniteeki reeglite brošüürist.

LILLA

L12

Tema pööre suuga

≈ 6 min

Nüüd on mehe kord mõnuleda. Suudle tema kõhtu, reie sisekülge ja peenise ümbrust, seejärel paku talle õrnalt suulist naudingut. Laske kätel silitada oma reite ja puusi või hoidke kergelt peenisejuure ümbert kinni.

LILLA

L13

Tema kord kätega

≈ 6 min

Andke talle oma käega naudingut: kasutage määrdeainet, hoidke ühtlast haaret ja muutke rõhku rohkem kui kiirust. Suudle samaaegselt tema kaela, rinda ja kõhtu. Tema juhib sõnadega „tugevamalt“, „lõdvemalt“ või „sama“.

LILLA

L14

Kõigepealt partner, siis sina

≈ 8 min

Andke oma partnerile viis minutit kätt ja suu – täielik keskendumine, ilma et partner peaks midagi vastu andma. Pärast valite oma naudingut ja saate vähemalt sama palju aega.

LILLA

L15

Paus keskel

≈ 6 min

Lõpetage seksuaalvahekord täielikult, kuid hoidke kogu keha kontakti lähedal. Lõpeta rahuliku suudlusega. Tõmmake veel üks kaart, kui olete valmis edasi liikuma.

LILLA

L16

Toetub tema reitele

≈ 6 min

Suhelge temaga põlvili: ta istub sirgelt põlvedel, naine lamab selili, vaagen on tema reitel ja padi alaselja all. Tema mõlemad käed on vabad – sõrmed toetuvad stabiilsete rahulike ringidena kliitori piirkonnale, kui puusad liiguvad aeglaselt. Ta kontrollib sõnadega "sama", "rahulikum" või "stopp".

LILLA

L17

Ta on üleval, kogu tee alla

≈ 6 min

Suhelge temaga peal, kuid täielikult alla: ta lamab vastu tema rindkere ja jalad rinnal sees või väljaspool. Ta hõõrub ja kiigutab ratsutamise asemel vastu tema kõhtu – tema kliitori piirkond puutub kogu aeg kokku. Ta lamab paigal ja avaldab kergest vastusurvet kätega naise alaseljale. Ta valitseb sõnadega "sama" või "rahulikum".

LILLA

L18

Käärid külili asendis

≈ 6 min

Suhelge kääridega: ta lamab külili, naine selili temaga risti, jalad üle tema puusa ja sääred tema vahel. Keegi ei kannu raskust ja kogu tema esiosa on vaba käe või väikese võimsusega vibraatori jaoks. Liikuge väikeste vaiksete kiikudena. Ta valitseb sõnadega "sügavam", "madal" või "sama".



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA

LILLA

L 19

Voodi äär, tema põlvili

≈ 6 min

Olge vahekorras voodi serval: ta istub mugavalt voodi servale tagasi, padi selja taga ja puusad ette, ta põlvitab tema ees põrandale, soovitavalt padjale. Tema käed on kliitori piirkonnast vabad ja näost näkku saate suudelda. Kui naine tahab muutuda, läheb ta suuga alla, ilma et naine liiguks. Ta valitseb sõnadega "sama" ja "rahulikum".

LILLA

L 20

Vaikne algus

≈ 6 min

Alustage vahekorda vaikusega: libistage sisse, seejärel olge üks kuni kaks minutit täiesti paigal, puutudes kokku kogu kehaga. Hingake rahulikult rütmi ja tunnetage, selle asemel, et liikuda. Ta teeb esimese liigutuse, kui on selleks valmis – pinnapealne ja aeglane. Kas ta pigem jätkaks vaikust, ütleb ta "sama".

LILLA

L 21

Üheksa madalat, üks sügav

≈ 6 min

Andke vahekorrale misjonäris kindel muster: üheksa madalat ja rahulikku liigutust lõpus – vaid esimesed paar sentimeetrit – ja seejärel üks sügav liigutus. Enamik närvilõpmeid paikneb välimises otsas ja sügavat on rohkem tunda, sest seda esineb harva. Hoidke mustrit paar minutit. Ta kohandab "madalama" või "sügavama" abil.

LILLA

L 22

Suudle kõike läbi

≈ 6 min

Suudle teda kogu vahekorra ajal sügavalt – mitte kaunistuseks, vaid pooleks asjast. Valige asend, kus suud kohtuvad, näiteks misjonär või ta ülalt kummardudes ettepoole, ja laske puusade liikumisel enne suudluse lõppu peatuda. Kui kaotate rütmi, hoidke suudlust ja leidke pärast uuesti oma puusad.

LILLA

L 23

Kiiktool

≈ 6 min

Olge vahekorras, istudes vastamisi: ta lamavas pooleldi vastu voodipeatsi, padjad taga, naine tema jalgade vahel, toetudes kätele, jalad üle puusade. Pöörake rahulikult üksteise vastu ja reguleerige seda, kus see enam-vähem tahapoole nõjatub. Tema esiosa on avatud käe või vibraatori jaoks. Ta ütleb "sama", kui nurk istub.

LILLA

L 24

Põlvili, tihedalt selja taga

≈ 6 min

Suhelge teie mõlemaga põlvili: ta põlvitab püsti, seljaga tema rinnale, mees sulgub selja taha. Ta kontrollib kiikumist puusadega; ta hoiab üht kätt tema ümber ja laseb teisel käel ühtlaselt kliitori piirkonnale toetuda. Nurk on iseenesestmõistetav – see on asja mõte. Ta ütleb "sügavamalt" ainult siis, kui tahab rohkem, muidu "vaiksemalt" või "sama".

LILLA

L 25

Ringid, mitte konarused

≈ 6 min

Vaheldumisi ringidega edasi-tagasi: püsige sees ja liigutage puusi aeglaste väikeste ringidena üksteise poole. Rõhk liigub sisse ja välja asemel ringi ning kliitori piirkond ei kaota kontakti. Proovige seda misjonäris, lusikas või tema peal. Ta kontrollib ringide suurust kätega tema puusadel ja ütleb "sama", kui see tabab.



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA



SÄDE

TASE 5 · LILLA