

ROUGE

R1

Son rythme

≈ 5 min

Laissez-la prendre votre main et la guider pour la placer, la pression et le rythme. Lorsqu'elle lâche prise, procédez exactement comme elle l'a montré.

ROUGE

R2

Son rythme

≈ 5 min

Laissez-le placer sa main sur la vôtre et montrer la prise et le rythme qu'il aime. Utilisez du lubrifiant si nécessaire et gardez le rythme régulier.

ROUGE

R3

Même la concentration clitoridienne

≈ 5 min

Stimulez sa zone clitoridienne avec un rythme régulier et une légère pression. Ne changez pas de technique trop souvent : lorsque quelque chose fonctionne, respectez-le.

ROUGE

R4

Main lente

≈ 5 min

Utilisez du lubrifiant et une main ferme sur le pénis. Gardez l'adhérence uniforme et faites varier la pression plus que la vitesse. N'hésitez pas à faire une pause ou deux lorsque vous avez la main à la racine du pénis, ayez une prise/pression plus ferme, maintenez pendant quelques secondes, avant de continuer. Demandez à l'autre si cela fait du bien.

ROUGE

R5

Périnée

≈ 4 min

Massez doucement le périnée de l'autre – la zone située entre les organes génitaux et l'anus – à l'extérieur du corps. Utilisez un doigt plat, une pression et un lubrifiant uniformes.

ROUGE

R6

Construire et se calmer

≈ 6 min

Rapprochez l'autre du plaisir fort avec votre main, calmez-vous avec de doux baisers sur la bouche, le cou et la poitrine, et reconstruisez-vous. Ne le faites que si l'autre l'aime.

ROUGE

R7

La femme confortablement

≈ 6 min



Une position de réception où elle s'allonge confortablement et où tout arrive.

Conseils complets : voir la bibliothèque de positions dans le livret de règles.

ROUGE

R8

Pause sans distance

≈ 3 min

Arrêtez la stimulation, mais maintenez le contact corporel : tenez-vous autour de l'autre et embrassez calmement le cou et les épaules. Le partenaire dit « continuez » lorsque vous êtes sur le point de passer à autre chose.

ROUGE

R9

Ne change pas

≈ 5 min

Stimulez le partenaire. Lorsque le partenaire semble proche du plaisir intense, demandez une fois : « Dois-je continuer comme ça ? Si c'est le cas : gardez le rythme, la pression et le lieu absolument stables — et n'en demandez pas plus.



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE

ROUGE

R10

Continuez là

≈ 5 min

Trouvez un type de contact auquel l'autre réagit bien. Maintenez la même position, le même rythme et la même pression pendant au moins trois minutes – ne changez pas même si cela vous semble monotone.

ROUGE

R11

Jusqu'à la poitrine

≈ 5 min

Le récepteur repose contre votre poitrine – près de vous, les mains devant.

Conseils complets : voir la bibliothèque de positions dans le livret de règles.

ROUGE

R12

Main dans la main, allongé sur le côté

≈ 5 min

Allongez-vous côte à côte face à face là où vous donnez en même temps – au même rythme calme.

Conseils complets : voir la bibliothèque de positions dans le livret de règles.

ROUGE

R13

Sa carte principale

≈ 6 min



Elle choisit : main, bouche ou vibreur. Donnez-lui une stimulation externe avec tout ce qu'elle choisit. Gardez le rythme constant et ne changez pas trop souvent.

ROUGE

R14

Vibromasseur sur la vulve

≈ 6 min

Utilisez un vibreur à faible puissance en dehors de la vulve. Si cela devient trop intense, placez un tissu fin entre les deux. Elle contrôle la force avec "haut" et "bas".

ROUGE

R15

Onde de pression pour elle

≈ 6 min

Utilisez le jouet à ondes de pression à faible puissance directement sur ou à proximité du clitoris. Gardez-le stable là où elle dit qu'il frappe et embrassez-la en attendant.

ROUGE

R16

Des cercles autour, pas dessus

≈ 5 min

Dessinez de légers cercles autour du clitoris avec le bout de votre doigt et du lubrifiant – sur les côtés et sur la peau au-dessus, pas directement. Gardez le cercle uniforme et rond. Allez au milieu seulement lorsqu'elle dit « plus près ».

ROUGE

R17

Trois mouvements

≈ 5 min

Essayez trois mouvements sur le clitoris avec du lubrifiant : de haut en bas, de petits cercles et d'un côté à l'autre - une demi-minute chacun. Elle choisit avec le mot « le ». Gardez le coup gagnant parfaitement fluide par la suite.

ROUGE

R18

Langue silencieuse

≈ 5 min

Placez votre langue à plat et complètement immobile contre le clitoris et allongez-vous. Laissez-la rouler ses hanches contre vous à son propre rythme pendant que vous restez stable. Ce n'est que lorsqu'elle dit « encore » que vous commencez à bouger votre langue vous-même, calmement.



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE

ROUGE

R 19

Tout le temps du monde

≈ 5 min

Avant de commencer, dites : « J'ai tout le temps du monde et j'adore ça ». Donnez ensuite à l'autre un plaisir lent avec votre bouche et montrez que vous le pensez : un doux « mmm » contre la peau fait une légère vibration. Si l'autre semble se perdre dans ses pensées, répétez la phrase et continuez lentement. L'autre dit « c'est fini ».

ROUGE

R 20

Presque là

≈ 5 min

Massez l'intérieur de ses cuisses et de son aine avec de l'huile de massage intime. Si vous n'en avez pas, utilisez du lubrifiant. Approchez-vous lentement du clitoris et glissez-le sans le toucher. Répétez le presque contact jusqu'à ce qu'elle dise « maintenant » – alors seulement vous resterez.

ROUGE

R 21

Plus facile que vous ne le pensez

≈ 5 min

Commencez plus facilement que vous ne le pensez : caressez le clitoris avec la pulpe de vos doigts, aussi légèrement que sur une paupière. Maintenez la pression jusqu'à ce qu'elle dise « plus de pression », puis augmentez-la d'un cran.

ROUGE

R 22

Un doigt, complètement immobile

≈ 5 min

Insérez doucement un doigt avec du lubrifiant si elle le souhaite et maintenez-le complètement immobile pendant que sa bouche ou son autre main travaille à l'extérieur. Ce n'est que lorsqu'elle dit « plus » que vous pliez lentement votre doigt vers le mur avant dans un mouvement « viens ici ».

ROUGE

R 23

Le dessous du dessus

≈ 5 min

Utilisez du lubrifiant et le bout de votre pouce en petits cercles légers sur la face inférieure du pénis, juste en dessous de la tête – le point où il est le plus sensible. Gardez le rythme calme et régulier. Il s'ajuste avec "plus léger" ou "plus ferme".

ROUGE

R 24

Main chaude en dessous

≈ 5 min

Placez une main chaude comme un bol autour de son scrotum, complètement immobile – juste de la chaleur et de la légèreté. Caressez doucement le pénis avec du lubrifiant avec l'autre main. Il s'ajuste avec "plus serré" ou "plus lâche".

ROUGE

R 25

Des lèvres qui sucent facilement

≈ 5 min

Léchez le clitoris lentement et régulièrement jusqu'à ce qu'elle y soit bien installée. Entourez-le alors doucement de vos lèvres et sucez une seconde, comme un petit baiser humide, puis revenez à votre langue. Répétez à intervalles réguliers, toujours doucement, sans augmenter sans son accord. Elle guide : « plus de succion », « seulement la langue » ou « pareil ».



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE



L'ÉTINCELLE

NIVEAU 4 · ROUGE