

A pozíciókönyvtár

Teljes útmutatás minden pozíciókártyához. Magának a kártyának megvan a rövid változata – itt megtalálja a beállításokat, a szöveget, a tempót, a leosztásokat, a bejelentkezést és az egyes kártyák beállítását.

R7 A nő kényelmesen · ≈ 6 min

Fogadó pozíció, ahol kényelmesen fekszik, és minden elér.

Előkészítés: A hátán fekszik, a feje alatt egy párnával, lehetőleg a térde vagy a csípője alatt. Hazudsz vagy ülsz mellé.

Szög: A térde alatti párna oldja a feszültséget a gyomrában és a csípőjében, így anélkül tud fogadni, hogy maga tartana semmit.

Tempó: Kezdje gyengéd csókokkal és kézzel a hason és a combon. Csak akkor keressen közvetlen örömet, ha meleg.

Kezek: Nyugodtan használja a kezét, a száját vagy a vibrátort. Kenőanyag közvetlen kézi stimulációhoz.

Ellenőrzés: Kérdez meg egyszer: "Többet, kevesebbet vagy ugyanannyit?" Kövesse a választ anélkül, hogy mindent megváltoztatna.

Igazítás: Ha feszült lesz, térjen vissza a nyugodt érintéshez. Állítsa be a párnát, amíg a szög úgy nem érzi, hogy pihen.

R11 Mellkasig · ≈ 5 min

A vevő a mellkason támaszkodik – szorosan mögötte, kezek előre.

Előkészítés: Üljön a fejtámlához, párnával a háta mögött. A vevő a lábai között ül, és a mellkasának támaszkodik.

Szög: A vevő teljes súlyával rád nehezedik, és teljesen leengedhető. Elölről eléred a nyakat, a mellkast, a gyomrot és a combokat.

Tempó: Kezdje csókokkal a nyakán, és nyugtassa meg a kezét a hason és a mellkason. Hagyja lassan épülni.

Kezek: A kezei előlről dolgoznak, ahol a címzett akarja. Kenőanyag közvetlen érintkezéssel.

Ellenőrzés: A címzett a tiédre teszi a kezét, és oda viszi, ahol a legjobb.

Igazítás: Ha elfárad a hátad, tegyél több párnát mögé. A vevőegység kissé előre döntheti a csípőt a jobb szög érdekében.

R12 Kéz a kézben fekve · ≈ 5 min

Feküdj egymás mellett szemtől szemben, ahol egyszerre adsz – ugyanolyan nyugodt tempóban.

Előkészítés: Feküdjetekek oldaltokon egymással szemben, elég közel ahhoz, hogy megcsókolják. Mindegyikőtöknek szabad keze van.

Szög: Az egyidejű adakozás azt jelenti, hogy senki sem várja ki a sorát. Versenyzés helyett tükrözzék egymás tempóját.

Tempó: Fogadd el, hogy nyugodt maradsz. Ha lelassul, a partnere követi a példáját.

Kezek: Használja szabad kezét kenőanyaggal. A másik kar a partner nyaka alatt pihenhet.

Ellenőrzés: Suttogás: "Ugyanaz a ritmus?" A mosoly is válasz.

Igazítás: Ha elveszíted a ritmusodat, állj meg és csókolj meg egy kicsit. Az egyik mindig adhat, míg a másik pihen.

L1 Misszionárius párnával · ≈ 7 min

Csendes misszionárius változat, ahol a szög működik neki.

Előkészítés: Legyen misszionáriusi kapcsolat: ő a hátán fekszik, a háta vagy a csípője alatt egy szilárd párnával, ő pedig rajta, a súlyával az alkarján.

Szög: A párna kissé felfelé billenti a medencéjét. Magasan fekszik, így teste a csikló területére támaszkodik, ahelyett, hogy egyenesen ki-be mozogna.

Tempó: Nyugodt, ringató mozdulatok egyenletes érintkezéssel. A ritmus fontosabb, mint a mélység és a sebesség.

Kezek: Kezét a hát alsó részére teheti, és azt a ritmust mutathatja, amit akar. A vibrátor nem kötelező.

Ellenőrzés: Azt kérdezi: "Több nyomás vagy ugyanaz?" Kövesse a választ anélkül, hogy mindent azonnal megváltoztatna.

Igazítás: Ne nyomja meg a szöget, ne mozgassa a párnát felfelé vagy lefelé egy kicsit, és ne tegye a lábát a csípő köré.

L2 Ő a csúcson · ≈ 7 min

Ő van a csúcson, és mindent eldönt – a mozgást, a mélységet és a tempót.

Előkészítés: Szexelj vele a tetején: a férfi a hátán fekszik, a nő pedig ráül, térdével a csípőjének két oldalán.

Szög: Egyenesen mindent maga intéz. Felváltva ülhet egyenesen és előrehajolhat, attól függően, hogy mi áll jól neki.

Tempó: Ő határozza meg a tempót – a férfi követi a mozdulatait, ahelyett, hogy átvinné az irányítást. A kis, ringató mozgások gyakran működnek a legjobban.

Kezek: Kezei megtámasztják a csípőt, vagy megsimogatják a combot és a mellkast. Oda teheti a saját kezét vagy a vibrátort, ahová akarja.

Ellenőrzés: Egyszer megkérdezi: "Ilyen?" Válaszol "ugyanaz", "több" vagy "csendesebb".

Igazítás: Ha a térde elfárad, tegyen alá párnákat – vagy feküdjön nyugodtan az oldalára anélkül, hogy elengedné egymást.

L3 A kanál kézzel előre · ≈ 7 min

Tartós oldalkocsi – közelség hátul, élvezet elől.

Előkészítés: Szexelj kanálban: feküdj az oldaladra, háta mögött, mindkettő párnával a feje alatt. Felső lábát kissé előre teszi, egy külön párnára.

Szög: A láb alatti párna kinyitja a szöget anélkül, hogy neki kellene bármit is tartania. Kezdje sekélyen és nyugodtan.

Tempó: Kis, csendes mozdulatok. Ez a pozíció a kitartásról és a nyugalomról szól, nem a sebességről.

Kezek: Keze elől fekszik - a hasán, a mellkasán vagy a csikló területén -, vagy ott tart egy vibrátort, ahol csak akarja.

Ellenőrzés: Halkan megkérdezi: – Jó helyen? Kezét az övére teszi, és megmozdítja, ha bármi javulhatna.

Igazítás: Aludja el a karját, tegye a párnája alá. Ha közvetlenebb stimulációra vágyik, hagyja, hogy átvegye a kezét vagy a vibrátort.

L4 Női fókusz szex közben · ≈ 7 min

Megválasztja a közösülés pozícióját – kanállal, a tetején vagy az ölében –, így az eleje szabad a kézhez vagy a vibrátorhoz.

Előkészítés: Választ a kanál között, a tetején vagy az ölében ülve. A lényeg, hogy az egyik kéz előre nyúljon.

Szög: A közösülés önmagában sok nő számára túl kevés közvetlen stimulációt biztosít. A szabad front azt jelenti, hogy mindkettőt egyszerre kapja meg.

Tempó: A közösülést tartsa nyugodtan és egyenletesen, hogy az elülső kéz megtarthassa saját egyenletes ritmusát.

Kezek: A keze – vagy egy kis teljesítményű vibrátor – egyenletesen dolgozik elől. Ne váltson túl gyakran technikát.

Ellenőrzés: Megkérdezi: "Jó helyen?" Megmozdítja a kezét, ha valamit javítani lehet.

Igazítás: Ha a ritmus összeomlik, hagyja a közösülést egy ideig szinte mozdulatlanul, amíg a kéz folytatódik.

L5 Szemtől szemben oldalfekvésben · ≈ 7 min

Az oldalsó csapágyak egymással szemben – csendesek, szorosak és könnyen állíthatók.

Előkészítés: Közlekedjenek egymással szemben oldalsó helyzetben. A felső lábát a csípőjére teszi, lehetőleg párnával a térde alatt. Kezdje sekélyen.

Szög: A csípő feletti láb erőfeszítés nélkül nyitja a szöget, és szemtől szemben végig csókolózhat és halkán beszélhet.

Tempó: Kis, csendes mozdulatok. Ez a pozíció tartós, nem a gyorsaság miatt.

Kezek: Mindkettőnek szabad az egyik keze: fogd meg, simogasd meg a hátát – vagy engedd, hogy egy kéz lecsússzon hozzá.

Ellenőrzés: Suttogás: "Jó így?" Szavakkal válaszol, vagy magához húzva.

Igazítás: Aludja el a karját, tegye a párnája alá. Ha több kell neki, nyugodtan gurulj addig, amíg a tetejére nem kerül.

L6 Az ágy mellett neki · ≈ 7 min

A nő az ágy szélén – a férfi áll, és az eleje teljesen szabad.

Előkészítés: A hátán fekszik, csípője az ágy szélén, és párna van alatta. A padlón áll a széle mellett. Olyan közösülésben éljen, ahol a lábával szabályozza a mélységet.

Szög: Állva szabad kezei vannak, a nő pedig teljesen pihen – és az egész eleje szabad a kézhez vagy a vibrátorhoz.

Tempó: Nyugodt és stabil. Az állás több erőt ad, mint amennyit észrevesz – ő szabja meg a határt.

Kezek: Kezei: csípő, has, mellkas – vagy kis teljesítményű vibrátor, ahol akar.

Ellenőrzés: Megkérdezi: "Jó magasság?" Röviden válaszol, te pedig párnákkal igazítod.

Igazítás: Ha túl intenzív lesz, letérdel, helyette a száját és a kezét használja.

L7 Csontok gyültek össze · ≈ 7 min

Egy misszionáriusi variáció összefogott lábakkal – több érintkezés kevesebb mozgással.

Előkészítés: Legyen misszionáriusi kapcsolata összetartott lábakkal, lehetőleg párnával a csípője alatt. Térdével a nő külső oldalán fekszik.

Szög: A csuklós lábak simább érintkezést és nagyobb nyomást biztosítanak a megfelelő helyeken – anélkül, hogy bárkinek is keményebben kellene dolgoznia.

Tempó: Lassú, ringató mozdulatok. A nyomás és a közelség teszi a dolgát, nem a sebesség.

Kezek: Az alkarján nyugszik, és folyamatosan csókolhatja. Saját ritmusában tudja megfeszíteni és elengedni a combjait.

Ellenőrzés: Azt kérdezi: "Több nyomás vagy ugyanaz?"

Igazítás: Ha túl feszesnek érzi magát, helyezze magasabbra a párnát a csípő alá, vagy hagyja, hogy egy kicsit kinyissa a lábát.

L8 A hasán egy párnával · ≈ 7 min

Teljesen hason fekszik egy alacsony párnán – ez a legpihentetőbb változat.

Előkészítés: Hason fekszik, csípője alatt alacsony párnával, feje alatt karjával. Nyugodtan lefekszik rá, súlyával a karján, te pedig sekélyen és nyugodtan érintkezs.

Szög: Teljesen lapos, nem kell semmit megfognia – az egész test pihen, miközben a szög még beüt.

Tempó: Nyugodt ringató, rázkódás nélkül. Hagyja, hogy a súly és a közelség végezze el a munkát.

Kezek: Megcsókolja a nyakát és a vállát. Az egyik keze a párna alá csúsztatható, a csikló felé.

Ellenőrzés: Halkan kérdezi a fülébe: "Jó így?"

Igazítás: Ha egy kicsit túl mélynek érzi, vegye le teljesen a párnát – a laposabbak csendesebbek. Ha többet akar, térdeljen fel egy nagyobb párnával.

L9 Ülés támogatással · ≈ 7 min

Az oromfálnak ül, a nő az ölében, háttal neki – a keze szabadon van elől.

Előkészítés: Félig hátradőlve ül a fejtámlának, párnákkal a háta mögött. Az ölében ül, hátát a mellkasának támasztva, és lábával a matracon irányítja a közösülést.

Szög: A lány nekitámaszkodik, és maga dönt – és mindkét keze szabadon nyúlik körülötte előtte.

Tempó: Apró, ringató mozdulatok. Kevesebért közelebb hajol, többért egy kicsit felemelkedik.

Kezek: Kezei elől: a mellkas, a gyomor és a csikló területe – vagy tartja a vibrátort, miközben ő szabályozza a nyomást.

Ellenőrzés: A fülébe súgja: – Így?

Igazítás: Ha a lába elzsibbad, menjen az ágy szélére. Bármikor megfordulhat a szemtől-szembe való közelségért.

L10 Nyugodt ringatózás · ≈ 7 min

Egy misszionárius változat, ahol magasan fekszik és sziklák lökdösődés helyett.

Előkészítés: Lépjen kapcsolatba misszionáriussal, de ő néhány centivel feljebb csúszik a szokásosnál, így csípője nekitámaszkodik.

Szög: A magas pozíció azt jelenti, hogy teste egyenletesen támaszkodik a csikló területére a mozgás során – állandó érintkezésben, nem csak közben.

Tempó: Lendüljön együtt az ütközés helyett – kis mozgások közös ritmusban, lassabbak, mint amilyenek természetesnek tűnik.

Kezek: Alkarján nyugszik; kezét a hát alsó részére teszi, és mutatja a ritmust.

Ellenőrzés: Megkérdezi: "Jó nyomás?" Megigazítja a kezével.

Igazítás: Ha elveszíti a kapcsolatot, álljon meg teljesen néhány másodpercre teljes kontaktussal, és kezdje újra onnan.

L11 Az ő kombinációja · ≈ 7 min

Ő állítja össze az estét: álláspont, kiegészítések és következtetés.

Előkészítés: Ő választja ki a pozíciót – a kártyák közül vagy szabadon. Előkészíti, amire mutat: párnákat, síkosítót, játékokat.

Szög: Aki a legjobban tudja, mi üt, az dönt. Az ő feladata, hogy kövesse a tervét, ne javítsa azt.

Tempó: Az övé, egészen. Azt mondja, ha valamit változtatni kell.

Kezek: Hol helyezi el őket. Ütközben magyarázkodás nélkül tudja mozgatni a kezét.

Ellenőrzés: Csak azt kérdezi, ha valami nem világos: "Így?"

Igazítás: Ha félúton meggondolja magát, az a terv része. Új pozíció, új kiegészítés – követi.

S8 Hátulnézet párnával · ≈ 7 min

Biztonságos és nyugodt változat hátulról, ahol teljesen megpihen.

Előkészítés: Hason fekszik, csípője alatt egy nagy párna, a feje alatt pedig a karja. Letérdel a lány mögé, és te olyan közösülésbe lépsz, amely sekélyen kezdődik.

Szög: A párna megemeli a csípőjét anélkül, hogy magának kellene megtartania a pozíciót. A szög mélynek érezhető – kezdje sekélyen és nyugodtan.

Tempó: Lazíts, érezd át, és hadd mondja meg, mikor és lesz-e több. A mélység soha nem lephet meg.

Kezek: Megsimogatja a hátát és a csípőjét. Egyikőtök kezét vagy vibrátort tarthat elől, a csikló felé. Szükség esetén kenőanyag.

Ellenőrzés: Használjon egyszerű szavakat az út során: „tovább”, „nyugodt”, „sekély” vagy „állj meg”.

Igazítás: Ha túl mélynek érzi a szöget, engedje le csípőjét a párna felé, vagy nyugodtan váltson kanál pozícióba.

S9 Ezzel szemben ő a csúcson · ≈ 7 min

Ő a tetején, szemben vele – ő irányít mindent, ő lát és támogat.

Előkészítés: A hátán fekszik. Fölötte ül a lábával szemben, térdével mindkét oldalon, és te az ő tempójában kommunikálsz.

Szög: A szög mindkettőjük számára új, a mélységet és az irányt egyedül szabályozza. Követnie kell, nem uralkodni.

Tempó: Apró, nyugodt mozdulatokkal megadja a tempót. Csípőjét mozdulatlanul tartja.

Kezek: Kezei a csípőjén vagy a hát alsó részén támaszkodnak. Használhatja a saját kezét vagy egy vibrátort.

Ellenőrzés: Egyszer megkérdezi: "Jó neked?" Szavakkal vagy gesztusokkal válaszol.

Igazítás: Ha élesnek érzi a szöget, egy kicsit előrehajol, kezével a lábán – vagy nyugodtan megfordul.

S10 A szék · ≈ 6 min

Erős széken ülve – sűrű, egyszerű és más.

Előkészítés: Az ember egy erős, kerekek nélküli széken ül. A másik keresztben ül az ölében, szemtől szemben. Ha itt érintkezik, az irányít, aki a tetején ül.

Szög: A szék teljes felsőtest-érintkezést és szemkontaktust biztosít, a padlón lévő lábak pedig erőfeszítés nélkül biztosítják a tökéletes irányítást.

Tempó: Ringató és nyugalom. A szék közelségre hív, nem akrobatikára.

Kezek: Fogjátok meg egymást. Az egyik kéz lecsúszhat közöttetek.

Ellenőrzés: Suttogás: "Jó így?"

Igazítás: Ha elfárad a combod, ugyanabban a helyzetben menj az ágy szélére. Az ülésen található párna puhábbá teszi a széket.

S11 A tükör előtt · ≈ 6 min

Ismerős pozíció – a tükör előtt, így új szögből látjátok egymást.

Előkészítés: Keresz egy tükröt, amely előtt leülhetsz vagy feküdhetsz. Válasszon egy csendes testhelyzetet, amelyet szeret, lehetőleg szorosan ülve vagy az oldalán fekve.

Szög: A tükör lehetővé teszi, hogy azt lássa, amit általában csak tud. A párodát nézd a tükörben, ne magadra.

Tempó: Nyugodt. Hagyja, hogy a tükörbe pillantások végezzék el a munka felét.

Kezek: Simogasson és tartsa, hogy partnere lássa a tükörben – a közelgő érintés meglátása várakozást ébreszt.

Ellenőrzés: Kapd el párod tekintetét a tükörben, és kérdezz vele. Szavak: "menj tovább" vagy "nyugodj meg".

Igazítás: Ha szokatlannak érzed magadat látni, halványítsd el a lámpákat, vagy mozogj úgy, hogy csak a párod legyen a képen.

S12 Hátulról térdre · ≈ 7 min

Klasszikus, térdig érő – mélyebb és intenzívebb, vele a volánnál.

Előkészítés: Négykézláb áll, párnával a mellkasa alatt. Térdén áll mögötte. Legyen olyan kapcsolat, amely sekélyen kezdődik – a lány hátradől neki, amikor többet akar.

Szög: A szög mélyebb, mint a legtöbb helyzetben, és intenzívebbnek érzi magát. A mélység soha nem lephet meg – ő tartja a pozíciót, ő dönti el, meddig.

Tempó: Kezdje lassabban, mint gondolná, hogy muszáj. Csak akkor növelje, ha mondja vagy megmutatja.

Kezek: Kezei a csípőjét tartják. Egyik keze – az övé – felcsúszhat a csikló területére, vagy tarthat ott egy vibrátort.

Ellenőrzés: Használjon egyszerű szavakat: "mélyebb", "sekély", "csendesebb", "állj meg".

Igazítás: Ha túl mély a szög, lejjebb engedi felsőtestét a párna felé. Ha elfárad a térded, nyugodtan válts kanálra.

S13 Láb a vállhoz · ≈ 7 min

Misszionárius az egyik lábával a vállára támasztva – új és mélyebb szögben.

Előkészítés: A hátán fekszik, csípője alatt egy párna. Letérdel előtte, ő pedig egyik lábát a vállára teszi. A másik a csípője körül fekszik. Legyen sekélyen kezdődő közösülés.

Szög: A vállhoz szorított láb mélyebb és szorosabb szöget biztosít, mint a szokásos misszionárius. Egy centiméter felfelé vagy lefelé a lábon mindent megváltoztat.

Tempó: Nyugodt és stabil. A mély szög és a sebesség egyszerre gyorsan túl sok lesz.

Kezek: Kezei megtámasztják a combját és a csípőjét. A keze vagy egy vibrátor könnyen eléri a csikló környékét.

Ellenőrzés: Megkérdezi: "Jó mélység?" A „mélyebb”, „sekély” vagy „ugyanaz” kifejezésekkel válaszol.

Igazítás: Ha túl messzire nyúlik a comb mögött, vigye le a lábát a hónaljáig, vagy hagyja, hogy a csípője körül pihenjen. Cserélje ki a lábát félúton.

GL24 Mély szög, te irányítod · ≈ 8 min

Közlekedj mély szögben, ahol te irányítod a mélységet, miközben a partneré a fékező szó. Csak akkor tegye ezt, ha mindketten egyértelműen ezt akarják, és először megállapodnak a stop szóban.

Előkészítés: Partnere a hátán fekszik, a csípője alatt egy párna van, és mindkét lábát a mellkasáig vagy a válláig emeli. Szorosan letérdelsz. A közösülés sekélyen kezdődik úgy, hogy a bokája rád támaszkodik.

Szög: A felemelt csípővel és a lábakkal együtt a szög a legmélyebbé válik az abroncsban. Itt Ön szabályozza a mélységet – de csak a megbeszélte keretek között, és csak addig, amíg a partner nem mondja, hogy „nyugodj meg” vagy „állj”.

Tempó: Kezdje lassabban, mint gondolná, hogy muszáj. A mély szög és a sebesség egyszerre gyorsan túl sok lesz. Csak akkor növelje, ha a partnere „többet” mond.

Kezek: Fogja meg a kezét partnere vádlija vagy bokája körül. Csúsztassa a kezét előre oda, ahová a partner akarja, vagy tartson ott egy játékot. Szükség esetén kenőanyag.

Ellenőrzés: Használjon egyszerű szavakat: „több”, „kevesebb”, „csendesebb” vagy „állj”. A "megállásnál" nyugodtan azonnal kihúzó.

Igazítás: Ha túlságosan megnyúlik a combok mögött, engedje le a lábát a csípő körül. Ha túl mély a szög, kevésbé emelje fel a partnert, vagy nyugodtan váltson sekélyebb helyzetbe.