

APPELSÍNUGULT

01

Nærfatakoss

≈ 3 min

Kysstu maka þinn í gegnum eða í kringum nærbuxurnar á mjöðmum, maga og lærum. Hafðu það létt og stríðnislegt.

APPELSÍNUGULT

02

Brjóstfókus

≈ 4 min

Kysstu og strjúktu bringu eða bringu maka þíns. Byrjaðu með flatrí hendi og mjúkum kossum og spurðu maka þinn hvort þrýstingur og styrkleiki ætti að auka.

APPELSÍNUGULT

03

Titrari utannærföt

≈ 3 min

Notaðu titrarann fyrir utan nærföt maka þíns. Byrjaðu á litlum styrk og láttu maka þinn stjórna því hvort hann ætti að aukast.

APPELSÍNUGULT

04

Fókusljós kvenna

≈ 4 min

Nú er röðin komin að henni. Leyfðu henni að taka í höndina á þér og settu hana þar sem hún vill láta snerta sig að utan eða í kringum nærbuxurnar. Fylgstu með staðnum, pressunni og hraðanum sem hún sýnir, án þess að taka við.

APPELSÍNUGULT

05

Karlkyns fókusljós

≈ 4 min

Nú er röðin komin að honum. Kysstu maga hans, mjaðmir og innri læri, vinnðu þig hægt í átt að nærfatasvæðinu hans. Haltu því fjörugur og látlaus.

APPELSÍNUGULT

06

Slakandi nudd

≈ 5 min

Láttu maka liggja á bakinu með lokuð augun, helst með bundið fyrir augun. Notaðu smá nuddolíu. Strjúktu með flatrí hendi í hægum hringjum frá rifbeini niður yfir maga og læri til kálfa, með auka hvíld í nára og innri læri. Strjúktu varlega til baka frá kálfunum í átt að nára, létt yfir innileg svæði maka þíns og endaðu með nokkrum blíðum kossum á magann.

APPELSÍNUGULT

07

Augnlok

≈ 4 min



Spyrðu hvort félagi vilji vera með bundið fyrir augun. Kysstu maga, bringu, læri og mjaðmir rólega. Ef maki þinn vill geturðu klárað með nokkrum rólegum kossum nálægt eða yfir nærfötin.

APPELSÍNUGULT

08

Hægar nærbuxur

≈ 3 min



Færðu nærbuxur maka þíns aðeins, en ekki endilega alveg af. Kysstu húðina sem kemur fram.

APPELSÍNUGULT

09

Finndu taktinn

≈ 4 min

Prófaðu sama mjúka kossinn á þremur stöðum: hálsi, bringu og innra læri. Spyrðu hvaða staður var bestur og vertu þar með sama takti í að minnsta kosti eina mínútu.



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT

APPELSÍNUGULT

O10

Rassinn og lærin

≈ 4 min

Nudda botn og læri maka þíns. Notaðu olíu eða sleipiefni á ytri húð ef við á.

APPELSÍNUGULT

O11

Án handa

≈ 3 min

Notaðu aðeins varirnar, kinnar og andann á hálsi, bringu, maga og læri maka þíns í eina mínútu. Haltu höndum þínum fyrir aftan bak og settu þær síðan rólega á mjaðmirnar og kláraðu með litlum kossi.

APPELSÍNUGULT

O12

Ytri ánægja hennar

≈ 4 min

Nú er komið að konunni að njóta ánægjunnar. Örvðu snípsvæðið fyrir utan nærbuxurnar með fingurgómunum í hægum, stöðugum hringjum. Haltu þrýstingnum léttum og jöfnum og láttu hana stilla með "meira" eða "minna".

APPELSÍNUGULT

O13

Ytri ánægja hans

≈ 4 min

Nú er komið að manninum að njóta sín. Kysstu magann, lærin og svæðið í kringum liminn. Leyfðu höndum þínum að vinna á sama tíma: strjúktu innanvert lærin, haltu um mjaðmirnar og strjúktu varlega getnaðarliminn með flötu hendinni ef hann vill meira.

APPELSÍNUGULT

O14

Tvær mínútur hver

≈ 4 min

Kannaðu nærföt maka þíns með höndum þínum fyrir þína eigin forvitni — finndu áferðina, hlýjuna og lögunina. Vertu stuttur um brjóstið og náinn svæði osfrv. Félagi segir aðeins „hættu“ ef eitthvað er óþægilegt. Skiptu um hlutverk þegar tvær mínútur eru liðnar.

APPELSÍNUGULT

O15

Segðu það áður en þú gerir það

≈ 4 min

Hvíslaðu í eyra maka þíns nákvæmlega hvað þú ætlar að gera: "Nú ætla ég að kyssa þig á magann." Bíddu þrjú róleg andardrátt, gerðu svo nákvæmlega það sem þú sagðir - aldrei aftur. Endurtaktu með nýjum stöðum í kringum nærfötin. Loforðið sem staðið er við er hálf skemmtunin.

APPELSÍNUGULT

O16

Hægur og flæði

≈ 4 min

Strjúktu varlega maga, mjaðmir og læri maka þíns. Vertu við brún nærfata maka þíns í aðeins tvær sekúndur og renndu þér á rólegri stað. Snúðu aðeins lengra til baka í hverri umferð, eins og fjöru. Félagi segir "vertu" þegar þú þarft að stoppa þar.

APPELSÍNUGULT

O17

Látið malla

≈ 4 min

Kysstu maka þinn ákaft í tvær mínútur - hendur í hári, líkami nálægt líkama í nærfötum. Hættu síðan alveg, eftir samkomulagi, og liggðu við hliðina á hvort öðru í eina mínútu án þess að snerta. Vita hversu mikið gerist í líkamanum þegar ekkert gerist. Annar ykkar segir „halda áfram“ þegar mínútan er liðin.

APPELSÍNUGULT

O18

Félagi setur hraðann

≈ 4 min

Maðurinn liggur á bakinu. Konan situr yfir mjöðminni á þér í nærbuxunum og hreyfist í áttina að þér á eigin hraða og sjónarhorni. Maðurinn getur haldið höndum sínum rólega á mjöðmum maka síns án þess að stýra. Konan segir "haltu" til að fá fastara grip og "slepptu" til að fá frelsi - og ákveður hvenær nóg er komið.



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT

APPELSÍNUGULT

O19

Sveifla á móti hendinni

≈ 4 mín

Hvíldu á sléttu, kyrr og færð nærföt maka þíns með jöfnum, stífum þrýstingi - engin hreyfing frá þér. Félagi ruggar mjöðmunum við höndina í sínum eigin takti. Starf þitt er að halda þrýstingnum jöfnum, eins og veggur til auglitis. Félagi stillir með "þyngri" eða "léttari".

APPELSÍNUGULT

O20

Rólegur munnur með rólegum kossum

≈ 4 mín

Lækkaðu varirnar hljóðlaust að maka þínum yfir nærbuxurnar og láttu aðeins hita og andardrátt vinna í hálfa mínútu. Kysstu fjóra rólega kossa í gegnum nærbuxurnar. Ekki draga efnið af nema maki þinn vilji greinilega að þú gerir það. Þegar þú ert búinn getur félagi þinn valið hvort þú eigir að halda áfram með nokkra lengri kossa/sleikja eða hvort þú eigir að fara á næsta spil.

APPELSÍNUGULT

O21

Snertu á útöndun

≈ 4 mín

Finndu andardrátt maka þíns með flatrí hendi á bringubeininu þínu. Strjúktu síðan aðeins niður bringuna, kviðinn og lærin við útöndun maka þíns og láttu höndina alveg kyrr á innönduninni. Hittu augnaráðið þegar það finnst eðlilegt. Láttu andardrátt maka þíns ráða hraðanum.

APPELSÍNUGULT

O22

Í stuttu máli, svo framvegis

≈ 4 mín

Strjúktu honum yfir nærbuxurnar í stuttum heimsóknum: nokkrar sekúndur yfir getnaðarliminn, síðan á magann og lærin og bakið. Láttu fingurgómana einnig snerta punginn og rót getnaðarlimsins stuttlega. Það eru skiptin sem byggja. Vertu ekki neins staðar fyrr en hann segir "vertu þar."

APPELSÍNUGULT

O23

Hlý olía á bringurnar

≈ 4 mín

Hlý innileg nuddolía á milli lófa - ef þú átt hana ekki skaltu nota sleipiefni. Helltu aldrei beint á húðina. Nuddaðu brjóstin á henni í stórum, hægum hringjum utan frá og inn og geymdu geirvörtunarnar alveg til enda, bara varla. Hún stjórnar með „meira“ og „auðveldara“.

APPELSÍNUGULT

O24

Félagi hittir titrarann

≈ 4 mín

Haltu titrinum á lágu afli alveg kyrrum við nærföt maka þíns, með fastri hendi. Félagi hreyfir mjaðmirnar á móti því og finnur sjálfur pláss og þrýsting - dúkpúðana, og það er málið. Færðu það aðeins þegar maki þinn segir "hreyfa þig".

APPELSÍNUGULT

O25

Fjórir kossar, eitt læri

≈ 4 mín

Gefðu maka þínum fjóra kossa á innanverðu læri, einn af hverri tegund: alveg léttur, með mjúkum þrýstingi, með varirnar að grípa svolítið af húðinni og með tunguoddinn. The partner chooses the winner with a single "den". Endurtaktu vinningskossinn hægt meðfram brún nærfata maka þíns.



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT



NEISTINN

STIG 3 · APPELSÍNUGULT