

ARANCIA

01

Bacio in intimo

≈ 3 min

Bacia partner attraverso o intorno alla biancheria intima sui fianchi, sulla pancia e sulle cosce. Mantienilo leggero e stuzzicante.

ARANCIA

02

Concentrazione sul seno

≈ 4 min

Bacia e accarezza il petto o il petto del partner. Inizia con una mano piatta e baci morbidi e chiedi al tuo partner se la pressione e l'intensità dovrebbero essere aumentate.

ARANCIA

03

Vibratore esterno alla biancheria intima

≈ 3 min

Usa il vibratore fuori dalla biancheria intima del partner. Inizia con un livello basso e lascia che sia partner a decidere se aumentarlo.

ARANCIA

04

Luce di messa a fuoco da donna

≈ 4 min

Adesso tocca a lei. Lascia che ti prenda la mano e la metta dove vuole essere toccata, all'esterno o intorno alla biancheria intima. Segui il luogo, la pressione e il ritmo che mostra, senza prendere il sopravvento.

ARANCIA

05

Luce di messa a fuoco maschile

≈ 4 min

Ora tocca a lui. Baciagli la pancia, i fianchi e l'interno delle cosce, procedendo lentamente verso la zona della biancheria intima. Mantienilo giocoso e senza fretta.

ARANCIA

06

Massaggio rilassante

≈ 5 min

Chiedi al partner di sdraiarsi sulla schiena, con gli occhi chiusi o bendati. Usa poco olio da massaggio intimo. Con la mano piatta traccia cerchi lenti dal torace allo stomaco e dalle cosce ai polpacci; fermati un po' di più all'inguine e all'interno coscia. Risali calmamente dai polpacci all'inguine, sfiora le zone intime e termina con alcuni baci sulla pancia.

ARANCIA

07

Benda

≈ 4 min



Chiedi se partner vuole indossare una benda. Bacia calmamente la pancia, il petto, le cosce e i fianchi. Se partner lo desidera, puoi concludere con qualche bacio tranquillo vicino o sopra la biancheria intima.

ARANCIA

08

Biancheria intima lenta

≈ 3 min



Togli leggermente la biancheria intima del partner, ma non necessariamente completamente. Bacia la pelle che emerge.

ARANCIA

09

Trova il ritmo

≈ 4 min

Prova lo stesso bacio morbido in tre punti: collo, petto e interno coscia. Chiedi qual è il posto migliore e rimani lì con lo stesso ritmo per almeno un minuto.



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA

ARANCIA

O10

Glutei e cosce

≈ 4 min

Massaggiare i glutei e le cosce del partner. Utilizzare olio o lubrificante sulla pelle esterna, se appropriato.

ARANCIA

O11

Senza mani

≈ 3 min

Usa solo le labbra, le guance e il respiro sul collo, sul petto, sullo stomaco e sulle cosce del partner per un minuto. Tieni le mani dietro la schiena, quindi posizionale calmamente sui fianchi e concludi con un piccolo bacio.

ARANCIA

O12

Il suo piacere esterno

≈ 4 min

Ora è il turno della donna di provare piacere. Stimola l'area del clitoride fuori dalla biancheria intima con la punta delle dita in cerchi lenti e costanti. Mantieni la pressione leggera e uniforme e lascia che si adatti con "più" o "meno".

ARANCIA

O13

Il suo piacere esteriore

≈ 4 min

Adesso tocca all'uomo divertirsi. Baciagli la pancia, le cosce e la zona intorno al pene. Lascia che le tue mani lavorino allo stesso tempo: accarezza l'interno delle cosce, tienilo attorno ai fianchi e accarezza delicatamente il pene con il palmo della mano se ne vuole di più.

ARANCIA

O14

Due minuti ciascuno

≈ 4 min

Esplora la biancheria intima del partner con le mani per la tua curiosità: senti la consistenza, il calore e la forma. Sii conciso sul petto, sulle zone intime, ecc. Partner dice "stop" solo se qualcosa è scomodo. Cambiare ruolo quando sono trascorsi due minuti.

ARANCIA

O15

Dillo prima di farlo

≈ 4 min

Sussurra all'orecchio del partner esattamente quello che farai: "Ora ti bacerò sul fondo dello stomaco". Aspetta tre respiri calmi, poi fai esattamente quello che hai detto, mai più. Ripeti con nuovi posti intorno alla biancheria intima. La promessa mantenuta è metà del divertimento.

ARANCIA

O16

Flusso e riflusso

≈ 4 min

Accarezza delicatamente la pancia, i fianchi e le cosce del partner. Rimani accanto al bordo della biancheria intima del partner solo per due secondi e scivola in un punto più tranquillo. Torna indietro un po' di più ad ogni giro, come una marea. Partner dice "resta" quando devi fermarti lì.

ARANCIA

O17

Lascialo sobbollire

≈ 4 min

Bacia intensamente partner per due minuti: mani tra i capelli, corpo vicino al corpo in biancheria intima. Quindi fermatevi completamente, previo accordo, e sdraiatevi uno accanto all'altro per un minuto senza toccarvi. Scopri quanto accade nel corpo quando non accade nulla. Uno di voi dice "continua" quando il minuto è scaduto.

ARANCIA

O18

Partner detta il ritmo

≈ 4 min

L'uomo giace sulla schiena. La donna si siede sopra il tuo fianco in biancheria intima e si muove verso di te al suo ritmo e alla sua angolazione. L'uomo può tenere tranquillamente le mani sui fianchi della compagna senza dirigerla. La donna dice "tieni" per una presa più salda e "lascia andare" per la libertà - e decide quando è troppo.



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA



__MARCA__

LIVELLO 3 · ARANCIA

ARANCIA

O19

Oscillare contro la mano

≈ 4 min

Rilassati, consegna la biancheria intima del partner con una pressione uniforme e decisa, senza alcun movimento da parte tua. Partner dondola i fianchi contro la mano secondo il proprio ritmo. Il tuo compito è mantenere la pressione costante, come un muro da affrontare. Partner si adatta con "più pesante" o "più leggero".

ARANCIA

O20

Bocca tranquilla con baci silenziosi

≈ 4 min

Abbassa in silenzio le labbra su partner sopra la biancheria e lascia agire calore e respiro per mezzo minuto. Dai quattro baci calmi attraverso la biancheria. Non toglierla se partner non lo desidera chiaramente. Poi partner sceglie: altri baci o leccate più lunghi, oppure la carta successiva.

ARANCIA

O21

Tocca l'espirazione

≈ 4 min

Trova il respiro del partner con la mano piatta sullo sterno. Quindi accarezza il petto, l'addome e le cosce solo durante l'espirazione del partner e appoggia la mano completamente immobile durante l'inspirazione. Incontra lo sguardo quando ti sembra naturale. Lascia che il respiro del partner stabilisca il ritmo.

ARANCIA

O22

Brevemente, e così via

≈ 4 min

Accarezzalo sopra la biancheria intima in brevi visite: qualche secondo sul pene, poi sullo stomaco, sulle cosce e poi sulla schiena. Lascia che la punta delle dita tocchi brevemente anche lo scroto e la radice del pene. È lo scambio che costruisce. Non restare da nessuna parte finché non dice "resta lì".

ARANCIA

O23

Olio caldo sul seno

≈ 4 min

Olio da massaggio intimo caldo tra i palmi - se non ce l'hai, usa il lubrificante. Non versare mai direttamente sulla pelle. Massaggia i suoi seni con ampi e lenti cerchi dall'esterno verso l'interno, risparmiando appena i capezzoli alla fine. Lei governa con "più" e "più facile".

ARANCIA

O24

Partner incontra il vibratore

≈ 4 min

Tieni il vibratore a bassa potenza completamente fermo contro la biancheria intima del partner, con mano ferma. Partner muove i fianchi contro di esso e trova spazio e pressione: il tessuto ammortizza, e questo è il punto. Muovilo quando partner dice "muovi".

ARANCIA

O25

Quattro baci, una coscia

≈ 4 min

Dai al tuo partner quattro baci sull'interno della coscia, uno per tipo: completamente leggeri, con una leggera pressione, con le labbra che catturano un po' di pelle e con la punta della lingua. Partner sceglie il vincitore con un'unica "tana". Ripeti lentamente il bacio vincente lungo il bordo della biancheria intima del partner.

