

노랑

Y1

따뜻한 등

≈ 3 min

두 손을 파트너의 상의 안으로 넣고 천천히 등을 쓰다듬으세요. 손바닥을 평평하게 하고 일정한 속도로 움직이세요.

노랑

Y2

부드러운 안대

≈ 3 min



파트너가 안대를 원하는지 물어보세요. 손, 목, 뺨, 어깨에 부드럽게 입을 맞추세요. 마지막은 입술에 부드러운 키스로 마무리하세요.

노랑

Y3

이마에서 발끝까지

≈ 3 min



속옷 안쪽으로는 들어가지 않으면서 파트너의 이마에서 발끝까지 입을 맞추세요. 천천히 진행하세요.

노랑

Y4

허리와 골반

≈ 3 min

파트너의 허리나 골반을 감싸 안으세요. 가까이 끌어당겨 입을 맞춘 다음, 다시 살짝 힘을 빼세요.

노랑

Y5

침대 끝

≈ 3 min



파트너를 침대 끝에 앉게 하세요. 가까이 서거나 앉아서, 손을 등, 허벅지, 골반에 얹은 채 입을 맞추세요.

노랑

Y6

등과 가슴

≈ 3 min



파트너 뒤에 앉으세요. 목에 입을 맞추고, 옷이나 속옷 위로 배, 가슴, 팔을 쓰다듬으세요.

노랑

Y7

거의 벗겨질 때

≈ 3 min



파트너의 상의를 절반쯤 벗기고 5초 동안 멈추세요. 드러난 살결에 입을 맞추고, 옷을 완전히 벗기기 전에 눈빛으로 물어보세요.

노랑

Y8

옷 위로 허벅지

≈ 3 min

옷이나 속옷 위로 파트너의 허벅지 안쪽을 쓰다듬으세요. 은밀한 부위까지 완전히 들어가지는 마세요.

노랑

Y9

한 가지 소원

≈ 3 min

파트너에게 소원 한 가지를 말해 달라고 하세요. '여기에 키스해줘', '여기를 안아줘', '여기를 쓰다듬어줘' 중 하나를요. 그 소원을 따라주세요.



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑

노랑

Y10

허리 아래와 엉덩이

≈ 3 min

옷이나 속옷 위로 파트너의 허리 아래, 골반, 엉덩이를 마사지하세요. 차분하고 안정된 손길을 사용하세요.

노랑

Y11

키스와 손길

≈ 3 min

파트너에게 입을 맞추면서 손을 상의 안쪽이나 맨살 위로 움직이세요. 손길은 따뜻하고 느리게 유지하세요.

노랑

Y12

작은 살결 한 조각

≈ 2 min

배, 등, 어깨, 골반 중 드러난 작은 살결을 찾으세요. 그곳에 천천히 입을 맞추세요.

노랑

Y13

옷 위로 진동

≈ 3 min

파트너의 허벅지, 등, 골반, 배 부위에 옷이나 속옷 위로 바이브레이터를 사용해 보세요. 약한 강도로 시작하세요. 아직 은밀한 부위에 직접 닿지는 않습니다.

노랑

Y14

이불 속에서

≈ 3 min

이불 속에서 파트너와 가까이 누우세요. 옷이나 속옷 위로 입을 맞추고 어루만지세요.

노랑

Y15

파트너가 가장 좋아하는 곳

≈ 3 min

지금 이 순간 어디에 키스나 손길을 받으면 좋을지 파트너에게 물어보세요. 부드럽게 진행하세요.

노랑

Y16

목, 귀, 어깨

≈ 3 min

파트너의 목, 귀, 어깨에 입을 맞추세요. 부드러운 입술과 따뜻한 숨결을 사용하세요.

노랑

Y17

손 위에 손

≈ 3 min

파트너의 손 위에 자신의 손을 올려놓으세요. 파트너가 옷이나 속옷 위로 두 손을 원하는 곳으로 이끌게 하세요. 파트너가 보여주는 속도와 힘을 그대로 따르고, 주도권을 가져오지 마세요.

노랑

Y18

속옷의 경계선

≈ 3 min

파트너의 속옷 가장자리 주변을 어루만지되, 그 안쪽으로는 들어가지 마세요. 동작 사이사이 배, 골반, 허벅지에 입을 맞추세요.



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑



불꽃

레벨 2 · 노랑

노랑

Y19

손바닥 또는 손끝

≈ 3 min

먼저 손바닥 전체로 파트너의 등을 쓰다듬은 다음, 손끝만으로 다시 쓰다듬으세요. 두 번 모두 같은 경로와 같은 느긋한 속도를 사용하세요. 파트너에게 물어보세요. "손바닥이 좋아, 손끝이 좋아?" 파트너가 고른 방식으로 계속하세요.

노랑

Y20

오일을 바른 한 손

≈ 3 min

손바닥에 인티메이트 마사지 오일을 덜어 따뜻하게 데우세요 — 없다면 윤활제를 사용하세요. 피부에 직접 붓지 마세요. 오일을 바른 손과 마른 손을 번갈아 가며 파트너의 등을 쓰다듬은 다음, 마지막에 물어보세요. "오일 있는 게 좋아, 없는 게 좋아?" 파트너가 고른 방식으로 계속하세요.

노랑

Y21

길게 쓰다듬기

≈ 3 min

두 손바닥을 파트너의 등 아래쪽에 대세요. 척추 양옆으로 한 손씩 놓고 천천히 위로 쓸어 올려 어깨 너머로, 그리고 옆구리를 따라 아래로 내려오세요. 같은 차분한 리듬으로 반복하세요. 인티메이트 마사지 오일을 사용하세요 — 없다면 윤활제를 사용하세요.

노랑

Y22

참깨와 쌀

≈ 3 min

서로 마주 보고 누우세요. 팔과 다리를 서로 꼭 얹어서, 상대의 숨결이 느껴질 만큼 가까이 다가가세요. 그렇게 누운 채로 차분히 입을 맞추고, 손으로 서로의 등을 어루만지세요.

노랑

Y23

다섯 곳, 다섯 숫자

≈ 3 min

파트너의 다섯 곳 — 목, 어깨뼈, 허리 아래, 배, 골반 — 에 한 곳씩 차례로 입을 맞추고 쓰다듬으세요. 파트너는 각 부위에 '하나'부터 '다섯'까지 숫자를 매깁니다. 가장 높은 숫자를 받은 곳으로 돌아가 그곳에서 한동안 머무르세요.

노랑

Y24

조용한 온기

≈ 3 min

두 손바닥을 비벼 정말 따뜻해질 때까지 데우세요. 한 손은 파트너의 배에, 다른 한 손은 허리 아래에 맨살로 대고, 같은 리듬으로 숨을 쉬면서 1분 동안 완전히 가만히 있으세요. 마지막에 천천히 한 번 쓰다듬으며 마무리하세요.

노랑

Y25

거울 속 시선

≈ 3 min

거울 앞에서 파트너 뒤에 서세요. 거울 속에서 눈을 맞춘 채, 파트너의 어깨, 팔, 배를 천천히 쓰다듬으세요. 자리를 바꿀 때는 파트너가 "계속해"라고 말합니다. 보는 것과 느끼는 것을 동시에 하면 손길이 더 강렬해집니다.



불꽃

레 벨 2 · 노랑



불꽃

레 벨 2 · 노랑



불꽃

레 벨 2 · 노랑



불꽃

레 벨 2 · 노랑



불꽃

레 벨 2 · 노랑



불꽃

레 벨 2 · 노랑



불꽃

레 벨 2 · 노랑