

빨강

R1

그녀의 리듬

≈ 5 min

그녀가 당신의 손을 잡고 위치와 세기, 속도로 이끌게 하세요. 그녀가 손을 놓으면, 그녀가 보여 준 그대로 이어가세요.

빨강

R2

그의 리듬

≈ 5 min

그가 당신의 손 위에 자신의 손을 얹어 그가 좋아하는 잡는 방식과 속도를 보여 주게 하세요. 필요하면 윤활제를 사용하고, 리듬을 일정하게 유지하세요.

빨강

R3

고른 클리토리스 집중

≈ 5 min

일정한 리듬과 가벼운 압력으로 그녀의 클리토리스 부위를 자극하세요. 방법을 너무 자주 바꾸지 마세요 — 효과가 있으면 그대로 유지하세요.

빨강

R4

느린 손

≈ 5 min

윤활제를 바르고 차분한 손으로 페니스를 어루만지세요. 잡는 힘을 일정하게 유지하고, 속도보다 압력을 더 다양하게 바꾸세요. 손이 페니스 뿌리 쪽에 있을 때 한두 번 쉬어 가도 좋습니다. 더 단단하게 잡거나 눌러 몇 초간 유지한 뒤 이어가세요. 파트너에게 기분이 좋은지 물어보세요.

빨강

R5

회음부

≈ 4 min

파트너의 회음부 — 성기와 항문 사이의 부위 — 를 몸 바깥쪽에서 부드럽게 마사지하세요. 손가락 안쪽 면을 평평하게 대고, 고른 압력과 윤활제를 사용하세요.

빨강

R6

고조와 진정

≈ 6 min

손으로 파트너를 강한 쾌감 가까이까지 이끈 다음, 입과 목, 가슴에 부드러운 키스로 진정시키고, 다시 고조시키세요. 파트너가 좋아할 때만 하세요.

빨강

R7

여성이 편안하게

≈ 6 min



그녀가 편안하게 누워 모든 곳에 손이 닿는, 받는 자세입니다.

전체 안내: 규칙 책자의 체위 라이브러리를 참고하세요.

빨강

R8

거리를 두지 않는 멈춤

≈ 3 min

자극은 멈추되, 몸의 접촉은 유지하세요: 파트너를 감싸 안고 목과 어깨에 차분히 키스하세요. 다시 이어갈 때는 파트너가 “계속”이라고 말합니다.

빨강

R9

바꾸지 않기

≈ 5 min

파트너를 자극하세요. 파트너가 강한 쾌감에 가까워 보이면 한 번 물어보세요: “이대로 계속할까?” 그렇다면: 리듬과 압력, 위치를 완전히 일정하게 유지하고 — 더는 묻지 마세요.



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강

빨강

R10

바로 그 자리에서 계속

≈ 5 min

파트너가 잘 반응하는 손길 한 가지를 찾으세요. 같은 위치와 리듬, 압력을 최소 3분간 유지하세요 — 당신에게 단조롭게 느껴지더라도 바꾸지 마세요.

빨강

R11

가슴에 기대어

≈ 5 min

받는 사람이 당신의 가슴에 기댁니다 — 뒤에서 가깝게, 손은 앞에서.

전체 안내: 규칙 책자의 체위 라이브러리를 참고하세요.

빨강

R12

옆으로 누워 손을 맞잡고

≈ 5 min

얼굴을 마주하고 나란히 옆으로 누워 동시에 주고받는 자세입니다 — 같은 차분한 속도로.

전체 안내: 규칙 책자의 체위 라이브러리를 참고하세요.

빨강

R13

그녀의 으뜸 카드

≈ 6 min



그녀가 선택합니다: 손, 입 또는 바이브레이터. 그녀가 선택한 것으로 바깥쪽 자극을 주세요. 리듬을 일정하게 유지하고 너무 자주 바꾸지 마세요.

빨강

R14

외음부에 바이브레이터

≈ 6 min

외음부 바깥쪽에 바이브레이터를 약한 세기로 사용하세요. 너무 강하면 얇은 천을 사이에 대세요. 그녀가 “올려”와 “내려”로 세기를 조절합니다.

빨강

R15

그녀를 위한 압력 파동

≈ 6 min

압력 파동 기구를 약한 세기로 클리토리스에 바로 대거나 가까이 대세요. 그녀가 맞다고 하는 위치에 일정하게 유지하고, 그동안 그녀에게 키스하세요.

빨강

R16

위가 아니라 둘레로 원을

≈ 5 min

손끝과 윤활제로 클리토리스 둘레에 부드러운 원을 그리세요 — 바로 위가 아니라 옆면을 따라, 그리고 위쪽 피부 위로. 원을 고르고 둥글게 유지하세요. 그녀가 “더 가까이”라고 말할 때만 가운데로 가세요.

빨강

R17

세 가지 움직임

≈ 5 min

윤활제를 바르고 클리토리스 부위에 세 가지 움직임을 시도하세요: 위아래로, 작은 원으로, 좌우로 — 각각 30초씩. 그녀가 “그거”라는 말로 선택합니다. 그다음에는 선택된 움직임을 완벽하게 고르게 유지하세요.

빨강

R18

고요한 혀

≈ 5 min

혀를 평평하게, 완전히 가만히 클리토리스에 대고 누우세요. 당신이 일정하게 버티는 동안 그녀가 자신의 리듬으로 엉덩이를 당신에게 움직이게 하세요. 그녀가 “더”라고 말할 때에만 스스로 혀를 움직이기 시작하세요 — 차분하게.



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강



불꽃

레벨 4 · 빨강

빨강

R19

세상의 모든 시간

≈ 5 min

시작하기 전에 소리 내어 말하세요, “나는 세상의 모든 시간을 가지고 있고, 이걸 정말 좋아해.” 그런 다음 입으로 파트너에게 차분한 쾌감을 주고, 그 마음이 진심임을 도중에도 보여주세요 — 피부에 대고 낮게 내는 “음~” 소리는 약한 진동처럼 느껴집니다. 파트너가 생각에 빠져 멀어지는 것을 알아차리면, 그 말을 차분히 되풀이하고 똑같이 천천히 이어가세요. 파트너가 “다 됐어”라고 말합니다.

빨강

R20

거의 다 왔어

≈ 5 min

인티메이트 마사지 오일로 그녀의 허벅지 안쪽과 사타구니를 마사지하세요 — 없으면 윤활제를 쓰세요. 클리토리스에 천천히 다가가되, 닿지 않고 스쳐 지나가세요. 그녀가 “지금”이라고 말할 때까지 거의 닿을 듯한 손길을 되풀이하세요 — 그때에야 그곳에 머무릅니다.

빨강

R21

생각보다 가볍게

≈ 5 min

생각보다 가볍게 시작하세요: 눈꺼풀 위를 지나듯 가볍게, 손가락 안쪽 면으로 클리토리스 부위를 어루만지세요. 그녀가 “더 세게”라고 말할 때까지 그 압력을 유지하고 — 그런 다음 딱 한 단계만 올리세요.

빨강

R22

손가락 하나, 완전히 가만히

≈ 5 min

그녀가 원하면 윤활제를 바른 손가락 하나를 부드럽게 넣고, 입이나 다른 손이 바깥쪽을 어루만지는 동안 완전히 가만히 두세요. 그녀가 “더”라고 말할 때에만 앞쪽 벽을 향해 손가락을 천천히 “이리 와” 하는 움직임으로 구부리세요.

빨강

R23

끝부분 아랫면

≈ 5 min

윤활제와 엄지 안쪽 면으로 페니스 아랫면, 귀두 바로 아래 — 그가 가장 민감한 지점 — 에 작고 가벼운 원을 그리세요. 속도를 차분하고 고르게 유지하세요. 그가 “더 가볍게” 또는 “더 세게”로 조절합니다.

빨강

R24

아래를 감싸는 따뜻한 손

≈ 5 min

따뜻한 손을 그릇처럼 그의 음낭 주위에 완전하게 가만히 대세요 — 그저 온기와 가벼운 무게만. 다른 손으로 윤활제를 발라 페니스를 부드럽게 어루만지세요. 그가 “더 단단히” 또는 “더 느슨하게”로 조절합니다.

빨강

R25

가볍게 빠는 입술

≈ 5 min

그녀가 충분히 물입할 때까지 클리토리스 부위를 차분하고 고르게 핥으세요. 그런 다음 입술을 부드럽게 클리토리스 주위로 오므려 아주 살짝 1초간 빠세요 — 작고 촉촉한 키스처럼 — 그런 다음 다시 혀로 돌아가세요. 일정한 간격으로 빨기를 되풀이하되, 항상 그만큼 부드럽게, 절대 스스로 더 세게 하지 마세요. 그녀가 “더 세게 빨기”, “혀만” 그리고 “그대로”로 이끕니다.



불꽃

레 벨 4 · 빨강



불꽃

레 벨 4 · 빨강



불꽃

레 벨 4 · 빨강



불꽃

레 벨 4 · 빨강



불꽃

레 벨 4 · 빨강



불꽃

레 벨 4 · 빨강



불꽃

레 벨 4 · 빨강