

WILDHEID

GL1

Vastgebonden aan het bed

≈ 7 min

Bind de polsen van je partner losjes aan het hoofdeinde met een zachte sjaal of makkelijk los te maken manchetten. Doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen, en spreek eerst een stopwoord af. Stimuleer rustig met hand en mond, eventueel met een vibrator als beiden dat willen. De gebonden persoon kan altijd 'stop' zeggen, en dan laat je meteen alles los.

WILDHEID

GL2

Rustige commando's

≈ 7 min

Spreek eerst een stopwoord af, en doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen. Geef uw partner korte, rustige boodschappen: "ga hier liggen", "beweeg niet", "adem rustig". Laat uw partner elk bericht volgen terwijl u langzaam aanraakt en het tempo bepaalt. De partner kan op elk moment "stop" zeggen, en dan stopt alles onmiddellijk.

WILDHEID

GL3

Vervang het stuur

≈ 7 min

Ga eerst akkoord en spreek een stopwoord af. Doe dit alleen als beiden dit duidelijk willen. De een neemt vijf minuten lang alle controle over: geeft korte commando's, bepaalt het tempo en elke aanraking, en de ander gehoorzaamt precies. Wissel dan van rol. De persoon die volgt kan op elk moment 'stop' zeggen, en dan stopt alles onmiddellijk.

WILDHEID

GL4

Ze geeft de controle uit handen

≈ 7 min

Laat haar de controle volledig loslaten. Doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen, en spreek eerst een stopwoord af. Jij bepaalt het tempo en alle aanraking van clitoris en de rest van het lichaam. Houd haar lang op de rand voor je loslaat. Zij kiest alleen het middel: hand, mond of vibrator. Ze kan altijd 'stop' zeggen, en dan stopt alles meteen.

WILDHEID

GL5

Handen boven het hoofd

≈ 7 min

Vraag uw partner om de polsen boven het hoofd tegen elkaar te plaatsen en stil te liggen. Doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen, en spreek eerst een stopwoord af. Houd ze rustig op hun plaats met één hand en gebruik de andere hand en mond op hem. Hij kan op elk moment 'stop' zeggen, en je wordt onmiddellijk vrijgelaten.

WILDHEID

GL6

Gebonden en blind

≈ 7 min

Zet de polsen van uw partner losjes vast met een zachte sjaal of manchetten en blinddoek hem. Doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen, en spreek eerst een stopwoord af. Raak langzaam en onvoorspelbaar aan met hand en mond. De gebonden persoon kan op elk moment "stop" zeggen, en dan laat je onmiddellijk alles los.

WILDHEID

GL7

De partner controleert alles

≈ 7 min

Laat je partner alles regelen. Doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen, en spreek eerst een stopwoord af. De partner geeft korte aanwijzingen over tempo en aanraking, en jij volgt precies zonder het over te nemen. Bij geslachtsgemeenschap bepaalt je partner zelf diepte en snelheid. De partner kan altijd 'stop' zeggen, en dan stopt alles meteen.

WILDHEID

GL8

Klap die opbouwt

≈ 7 min

Spreek een stopwoord af voordat je begint, en doe dit alleen als jullie dat allebei duidelijk willen. Klop lichtjes op de billen met een platte, holle hand, één klap tegelijk, altijd op de billen of dijen. Begin zo licht dat het bijna kriebelt, en verhoog pas de kracht als je partner 'meer' zegt. Stop alles onmiddellijk op "stop".

WILDHEID

GL9

Algehele haarlijn

≈ 7 min

Spreek eerst een stopwoord af, en doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen. Verzamel het haar onderaan het hoofd, dicht bij de hoofdhuid, en sluit je hand rustig. Trek gelijkmatig en stevig, nooit met een ruk en nooit tegen de nek. Houd even vast, laat zachtjes los en trek opnieuw gewoon aan "meer" - stop onmiddellijk bij "stop".



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID

WILDHEID

GL10

Licht bijten

≈ 7 min

Spreek eerst een stopwoord af, en doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen. Plaats uw tanden zachtjes tegen de schouder of dij van de partner, met lichte druk, en nooit tegen de nek of het gezicht. Wissel af tussen zachtjes bijten en kussen op dezelfde plek. Bijt alleen iets harder op "meer", en laat onmiddellijk los op "stop".

WILDHEID

GL11

Stevig knijpen

≈ 7 min

Spreek eerst een stopwoord af, en doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen. Knijp zachtjes en stevig in de borst of binnenkant van het dijbeen van uw partner. Houd de knijpbeweging even vast en laat zachtjes los. Begin nauwelijks merkbaar, verhoog de druk alleen op "meer", ga "rustiger" als de partner erom vraagt, en stop onmiddellijk op "stop".

WILDHEID

GL12

Ze racet voorbij de top

≈ 7 min

Laat haar het schokgolfspeeltje zelf vasthouden en doorgaan tot voorbij het eerste orgasme. Lig dicht tegen haar aan, kus haar en houd haar vast terwijl zij alles bestuurt. Ze gaat net zo lang door als ze wil, en laat 'stop' onmiddellijk los. Maak eerst afspraken over het spel, en alleen als beiden dat duidelijk willen.

WILDHEID

GL13

Dubbele stimulatie

≈ 7 min

Steek de vibrerende dildo voorzichtig met veel glijmiddel in haar en houd tegelijkertijd het schokgolfspeeltje tegen haar clitoris. Ze bestuurt beide krachten met "meer", "minder" of "stop". Doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen, en spreek eerst een stopwoord af.

WILDHEID

GL14

Penisring en vibrator

≈ 7 min

Doe de penisring om als uw partner er klaar voor is en laat tegelijkertijd een vibrator met een beetje glijmiddel langs de schacht en de wortel van de penis lopen. De partner regelt de vibratie met "omhoog", "omlaag" of "stop". Verwijder de ring onmiddellijk bij pijn of gevoelloosheid. Doe dit alleen als beiden dit duidelijk willen.

WILDHEID

GL15

Penisring tijdens geslachtsgemeenschap

≈ 7 min

Heb gemeenschap met de penisring om hem heen en houd tegelijkertijd een vibrator tegen de clitoris met rustige, wiegende bewegingen. Ze regelt de vibratie met "meer", "minder" of "stop". Doe de ring onmiddellijk af als u zich ongemakkelijk voelt en draag hem niet te lang. Doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen, en spreek eerst een stopwoord af.

WILDHEID

GL16

Twee speeltjes bij hem

≈ 7 min

Beweeg tegelijkertijd een vibrator naar de eikel en een massagestokje naar de wortel van de penis, met een beetje glijmiddel. De partner controleert de kracht op beide met "meer", "minder" of "stop". Begin laag en verhoog alleen naar "meer". Doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen, en spreek eerst een stopwoord af.

WILDHEID

GL17

Eén vinger, hand op haar

≈ 7 min

Ga eerst akkoord en doe dit alleen als beiden dit duidelijk willen. Gebruik voldoende glijmiddel, korte nagels en steek voorzichtig één vinger in het eerste gewricht. Houd je vinger even stil terwijl ze eraan went, en streel zachtjes haar klitje met je andere hand. Kleine bewegingen alleen bij "meer", rustig uittrekken bij "stop".

WILDHEID

GL18

Eén vinger, mond op haar

≈ 7 min

Spreek een stopwoord af en doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen. Zorg voor voldoende glijmiddel en korte nagels. Steek voorzichtig één vinger tot het eerste kootje in en houd hem volledig stil. Plaats tegelijk je mond zacht tegen de clitoris. Beweeg je vinger alleen iets bij 'meer', volg je adem, en trek rustig terug bij 'stop'.



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID

WILDHEID

GL19

Ze controleert haar vinger

≈ 7 min

Laat haar het tempo bepalen, en doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen. Gebruik voldoende glijmiddel en korte nagels, en steek rustig een vinger in haar kont, alleen tot het eerste deel, wanneer ze "duidelijk ja" zegt. Houd je volledig stil totdat ze om "meer" vraagt. Plaats de andere hand rustig op de clitoris. Volg haar ademhaling en trek uit op "stop".

WILDHEID

GL20

Eén vinger en hand op de penis

≈ 7 min

Ga eerst akkoord en doe dit alleen als beiden dit duidelijk willen. Gebruik voldoende glijmiddel, korte nagels en steek voorzichtig één vinger in het eerste gewricht. Houd uw vinger even helemaal stil terwijl uw partner eraan went. Wikkel tegelijkertijd met de andere hand voorzichtig de penis rond. Kleine bewegingen alleen bij "meer", rustig uittrekken bij "stop".

WILDHEID

GL21

Eén vinger, mond hem uit

≈ 7 min

Spreek een stopwoord af en doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen. Zorg voor voldoende glijmiddel en korte nagels. Breng voorzichtig één vinger tot het eerste kootje en houd hem volledig stil. Gebruik tegelijk rustig je mond op hem. Beweeg je vinger alleen iets bij 'meer', volg je adem, en trek rustig terug bij 'stop'.

WILDHEID

GL22

Achteraanzicht met haarlijn

≈ 7 min

Spreek eerst een stopwoord af, alleen als beiden dat duidelijk willen. Heb geslachtsgemeenschap van achteren, verzamel het haar van je partner bij de hoofdhuid en trek soepel en rustig – nooit tegen de nek, nooit met schokken. Leg je andere hand naar voren waar zij dat wil, en begin rustig. Alleen bij 'meer' harder trekken of sneller, bij 'stop' meteen loslaten.

WILDHEID

GL23

Ingehouden pols

≈ 7 min

Spreek eerst een stopwoord af, en doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen. Heb face-to-face seks en houd de polsen van uw partner stevig tegen de matras boven uw hoofd – stevig en veilig, maar gemakkelijk om los te komen. Begin rustig en verhoog gewoon naar "meer". Laat haar polsen direct los bij "stop".

WILDHEID

GL24

Diepe hoek, jij bepaalt

≈ 8 min

Heb geslachtsgemeenschap in een diepe hoek waarbij u de diepte controleert, terwijl de partner het stopwoord heeft. Doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen, en spreek eerst een stopwoord af.

Volledige begeleiding: zie de standjesbibliotheek in het regelboekje.

WILDHEID

GL25

Massagestokje tegen de clitoris

≈ 7 min

Spreek eerst een stopwoord af, en doe dit alleen als beiden dat duidelijk willen. De partner kiest een positie: bovenop of in de lepel. Heb geslachtsgemeenschap terwijl de partner een massagestok tegen het clitorisgebied houdt. Blijf stabiel en volg het tempo van uw partner, zodat de stok in rust is. Verhoog gewoon naar "meer", en stop alles onmiddellijk bij "stop".



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID



DE VONK

NIVEAU 7 · WILDHEID