

RED

R 1

## Hennes rytm

≈ 5 min

Låt henne ta din hand och vägleda den till plats, tryck och takt. När hon släpper, fortsätt precis som hon visade.

RED

R 2

## Hans rytm

≈ 5 min

Låt honom lägga sin hand över din och visa greppet och takten han gillar. Använd glidmedel vid behov, och håll rytmen jämn.

RED

R 3

## Även klitorisfokus

≈ 5 min

Stimulera hennes klitorisområde med jämn rytm och lätt tryck. Byt inte teknik för ofta - när något fungerar, håll fast vid det.

RED

R 4

## Långsam hand

≈ 5 min

Använd glidmedel och en stadig hand på penis. Håll greppet jämnt och variera trycket mer än hastigheten. Ta gärna en paus eller två när du har handen vid roten av penis, har ett fastare grepp/tryck, håll i några sekunder, innan du fortsätter. Fråga din partner om det känns bra.

RED

R 5

## Perineum

≈ 4 min

Massera försiktigt din partners perineum - området mellan könsorganen och anus - på utsidan av kroppen. Använd platt fingerdyna, jämnt tryck och smörjmedel.

RED

R 6

## Bygg och lugna ner dig

≈ 6 min

För din partner nära stark njutning med handen, lugna ner dig med milda kyssar på mun, hals och bröst, och bygg upp dig igen. Gör det bara om din partner gillar det.

RED

R 7

## Kvinnan bekvämt

≈ 6 min



En mottagande position där hon ligger bekvämt och allt når.

*Full guidance: see the position library in the rule booklet.*

RED

R 8

## Paus utan distans

≈ 3 min

Sluta stimulera, men behåll kroppskontakten: håll runt din partner och kyss nacke och axlar lugnt. Partnern säger "continue" när du ska gå vidare.

RED

R 9

## Ändra inte

≈ 5 min

Stimulera partnern. När partnern verkar nära intensiv njutning, fråga en gång: "Should I continue just like this?" Om så är fallet: håll rytmen, trycket och platsen absolut stabil — och fråga inte mer.



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED

RED

R10

## Fortsätt där

≈ 5 min

Hitta en typ av beröring som din partner reagerar bra på. Håll samma plats, rytm och tryck i minst tre minuter — ändra inte även om det känns monotont för dig.

RED

R11

## Upp till bröstet

≈ 5 min

Mottagaren vilar mot ditt bröst — tätt bakom, händerna framför.

*Full guidance: see the position library in the rule booklet.*

RED

R12

## Hand i hand i sida liggande

≈ 5 min

Ligg sida vid sida ansikte mot ansikte där du ger samtidigt — i samma lugna takt.

*Full guidance: see the position library in the rule booklet.*

RED

R13

## Hennes huvudkort

≈ 6 min



Hon väljer: hand, mun eller vibrator. Ge henne extern stimulans med vad hon än väljer. Håll rytmen stabil och växla inte för ofta.

RED

R14

## Vibrator på vulva

≈ 6 min

Använd en vibrator på låg effekt utanför vulvan. Om det blir för intensivt, lägg ett tunt tyg emellan. Hon styr kraften med "up" och "down".

RED

R15

## Tryckvåg för henne

≈ 6 min

Använd tryckvågsleksaker på låg effekt direkt på eller nära klitoris. Håll det stadigt där hon säger att det slår, och kyss henne under tiden.

RED

R16

## Cirklar runt, inte på

≈ 5 min

Rita mjuka cirklar runt klitoris med fingertoppen och glidmedel — längs sidorna och över huden ovanför, inte rakt på. Håll cirkeln jämn och rund. Gå till mitten bara när hon säger "closer".

RED

R17

## Tre rörelser

≈ 5 min

Prova tre rörelser på klitorisområdet med smörjmedel: upp och ner, små cirklar och sida till sida - en halv minut vardera. Hon väljer med ordet "the". Håll det vinnande draget perfekt jämnt efteråt.

RED

R18

## Tyst tunga

≈ 5 min

Placera tungan platt och helt stilla mot klitoris och lägg dig ner. Låt henne rulla höfterna mot dig i sin egen rytm medan du håller dig stadigt. Först när hon säger "more" börjar du själv röra på tungan — lugnt.



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED

RED

R 19

## Hela tiden i världen

≈ 5 min

Innan du börjar, säg högt, "I have all the time in the world, and I love this." Ge sedan din partner tyst njutning med munnen och visa att du menar det längs vägen — en låg "mmm" mot huden känns som en svag vibration. Om du märker att din partner försvinner in i ditt huvud, upprepa frasen lugnt och fortsatt lika långsamt. Partnern säger "done".

RED

R 20

## Nästan där

≈ 5 min

Massera insidan av hennes lår och ljumskar med intimmassageolja — om du inte har det, använd glidmedel. Närma dig klitoris långsamt och glid förbi utan att röra den. Upprepa nästan beröringen tills hon säger "now" — först då stannar du.

RED

R 21

## Lättare än du tror

≈ 5 min

Börja lättare än du tror: stryk över klitorisområdet med fingrarnas dynor, lika lätt som över ett ögonlock. Håll trycket där tills hon säger "more pressure" — och öka sedan bara ett snäpp.

RED

R 22

## Ett finger, helt stilla

≈ 5 min

För försiktigt in ett finger med glidmedel om hon vill, och håll det helt stilla medan hennes mun eller andra hand arbetar på utsidan. Först när hon säger "more" böjer du sakta fingret mot frontväggen i en "come here"-rörelse.

RED

R 23

## Undersidan av toppen

≈ 5 min

Använd glidmedel och tummens dyna i små, ljusa cirklar på undersidan av penis, precis under huvudet - den punkt där han är mest känslig. Håll tempot lugnt och jämnt. Han justerar med "lighter" eller "firmer".

RED

R 24

## Varm hand under

≈ 5 min

Placera en varm hand som en skål runt hans pung, helt stilla - bara värme och lätt vikt. Stryk försiktigt penis med glidmedel med andra handen. Han justerar med "tighter" eller "looser".

RED

R 25

## Läppar som suger lätt

≈ 5 min

Slicka klitorisområdet lugnt och jämnt tills hon är väl in i det. Stäng sedan dina läppar mjukt runt klitoris och sug mycket försiktigt i en sekund - som en liten, blöt kyss - innan du går tillbaka till tungan. Upprepa suget med jämna mellanrum, alltid lika mjukt, aldrig hårdare på eget initiativ. Hon styr med "more suction", "only heavy" och "same".



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED



THE SPARK

LEVEL 4 · RED