

About the game and rules

Come closer to your spouse. Find your spark again.

The purpose of the game

THE SPARK is a consent-based intimacy game for spouses who want to step out of routines and return to each other. You can use it for flirting, closeness, warming up or intercourse. You decide how far you want to go, and you can stop at any time.

The cards draw on knowledge about couple intimacy, responsive desire, sensual touch and safe communication, with gentle inspiration from classic erotic literature. The goal is not performance or acrobatics. The goal is pleasure, tenderness and listening to what you both enjoy.

Intercourse and love are about more than positions. Use the categories to build anticipation at a pace that suits you: first safe contact, then more direct stimulation if you both want it.

Every card may be skipped

If a card does not suit you, simply say: «Let's choose another.»

It needs no explanation. That is part of the game.

The basic rule

Take turns drawing cards.

The person who draws the card does what it says for their spouse, unless the card clearly says otherwise.

Conversation, pause and adjustment

Talk while you play. The receiver can always ask for more, less, slower, a different angle, a pause or a complete stop. You do not need a safeword.

The person giving should listen and adjust without making it a problem. If anything feels uncertain, pause, hold each other and find out what feels right next.

Categories

Green — Clothes on — flirting, kissing and touching over clothes

In the green category, you keep your clothes on. You can be in the living room, kitchen, hallway, on the sofa or in the bedroom. The cards are about flirting, kissing, closeness and touching over clothes. Notice what she enjoys — it can help you later. When you both want more, move to the yellow category.

Orange — Underwear — intimate touch and light oral pleasure, no penetration

When you move to the orange category, start in underwear. The cards may involve moving or removing underwear, but there should be no penetration. Kissing, touch, external stimulation, light oral sex and using a vibrator on the outside of the body are all possible if you both want them. Let her response set the pace. When you both want more, move to the red category.

Purple — Intercourse — her pleasure first

The purple category is the intercourse category. The positions and techniques are chosen to help her enjoy herself as much as possible: a gentle start, good angles, a hand or vibrator along the way, and clear words. The cards tell you which position to use, and often one of you chooses. Some cards turn the focus around and let her give him pleasure — never at the expense of hers. When you both want to explore a little further, move to the black category.

Wild — The wildest — bold positions, dominance, impact, edging and stronger toys, with a safeword and aftercare

Wild is the game's most intense category. Here you let go of the limits the other categories keep to protect her: stronger sensation, clearer control, bold positions and wilder play. The frame is fixed — both of you must clearly want each card, you agree on a shared safeword before you begin, and "stop" halts everything at once. This is where bold, adventurous positions, firmer guidance and safe restraint, spanking and hair-pulling on safe areas, edging and orgasm control, stronger and paired toys, and anal touch with one finger belong. No breath play, no extreme temperature, never anal sex. Always end with calm aftercare and closeness.

Yellow — A private room — more sensual, still not naked

When you move to the yellow category, go to the bedroom or another private room. You may take off one or more garments, but neither of you should be completely naked. Keep your underwear on. The cards may involve sensual undressing, touching under clothing, kissing, massage and more direct closeness, but you should still not be naked. Use the cards to learn where she likes to be touched. When you both want more, move to the orange category.

Red — Naked — focused foreplay, with her pleasure at the centre

When you move to the red category, you are naked. This is the foreplay category: direct pleasure with hands, mouth and toys, lubricant when helpful, and techniques that may lead to orgasm — with particular attention to building her pleasure gently and steadily. Follow response, not performance. Intercourse belongs in the purple category — move there when you are both ready.

Black — One step beyond purple — new positions and new pleasure, still safe

The black category goes one step further than purple. Here you explore your bodies more, with new positions, new angles and new pleasure — still safely, gently and within your boundaries. No anal sex. No acrobatics. Nothing that feels pressuring or too extreme. Light anal touch with one finger is possible only if you both clearly want it. Use plenty of lubricant, keep nails short, go slowly and obtain clear consent. This is always optional.

Play modes

Open play: All main categories are selected. Change category whenever you like.

First spark: 3 green cards, 2 yellow cards, 1 orange card.

Romantic round: 2 green cards, 2 yellow cards, 2 orange cards and 2 red cards.

Intimate time: 2 green, 2 yellow, 2 orange, 2 red and 2 purple cards.

Passionate round: 2 cards from every category: green, yellow, orange, red, purple and black.

Ecstatic finale: 4 orange cards, 4 red cards, 4 purple cards, 2 black cards and 2 Wild cards.

Accessories

You may use: Lubricant · Massage oil that is safe for intimate skin · Blindfold · Vibrator · Vibrating dildo · Massage wand · Womanizer or other air-pulse toy · Cock ring · Soft scarf or simple cuffs · Waterproof vibrator · Pillow · Mirror · Gentle music · Blanket · Towel · Duvet · A sturdy chair without wheels

Accessories are always optional unless you agree otherwise yourselves.

If you are unsure, use water-based lubricant with toys.

Use lubricant for direct hand stimulation, vibrator use, dryness, longer sessions, anal touch or whenever something feels like friction rather than pleasure.

Massage oil is best used on external skin. Do not use oil with latex condoms.

How to move up a level

You always begin in the green category.

When you both want more, put away the deck you are using and move to the next category. You do not need to draw a set number of cards. You can use one card, many cards, or finish whenever you like.

Pace and duration

Times on the cards are only a guide.

The cards are made for short rounds, so that you can draw several cards and get variety. You can always extend a card if you both like it, or finish earlier if that feels natural.

Afterwards

Spend a few minutes holding each other. You might say:

- one thing you liked
- one thing that felt good
- one thing you would like to do again

Glossary

perineum: The area between the genitals and anus.

edging: Building towards orgasm, slowing down, then building up again.

air-pulse toy: A toy that stimulates with air pulses rather than vibration, such as a Womanizer.

position card: A card with full guidance in six steps: setup, angle, pace, hands, check-in and adjustment.

Appendix

Position cards have a short version on the card itself. Full guidance is in the position library at the back of the complete PDF.

Print the card sheets double-sided and choose 'flip on long edge'. 200–300 g/m² matte card stock works well.

GREEN

G1

จูบช้าๆ

≈ 2 min

จูบคู่ของคุณอย่างอ่อนโยน เริ่มต้นด้วยการจูบสั้นๆ และปล่อยให้จูบยาวขึ้น ปล่อยให้มือของคุณวางบนแก้ม คอ หรือเอวของพวกเขา



นั่งใกล้ๆ คู่ของคุณ จูบแก้ม ริมฝีปาก และลำคอ พร้อมกับจับร่างกายเบาๆ

GREEN

G2

ปิดบนโซฟา

≈ 2 min

GREEN

G3

ติดตามด้านหลัง

≈ 2 min

ใช้ปลายนิ้วของคุณเหนือเสื้อผ้าเพื่อค่อยๆ วาดเส้นบนหลังของคนรัก สลับระหว่างการสัมผัสเบาๆ กับมือแบน

GREEN

G4

สามชมเชย

≈ 2 min

กล่าวชมเชยคู่ของคุณสามคำ คำชมเกี่ยวกับร่างกายของพวกเขา คำชมเกี่ยวกับบุคลิกของพวกเขา และคำชมเกี่ยวกับสิ่งที่คุณคิดถึงหรือชอบระหว่างคุณ



GREEN

G5

ปิดเต้าน

≈ 3 min

เต้นรำใกล้ชิดกับคู่ของคุณด้วยเพลงที่อ่อนโยน ปล่อยให้มือของคุณวางบนหลัง สะโพก หรือเอว โดยไม่ต้องอยู่ใต้เสื้อผ้า

GREEN

G6

จูบโดยไม่ใช้มือ

≈ 2 min

จูบคู่ของคุณโดยไม่ต้องใช้มือ ในนาทีแรก หลังจากนั้น ให้จับไว้และดำเนินการต่อ

GREEN

G7

แก้มต่อแก้ม

≈ 2 min

ขยับเข้าไปใกล้คู่ของคุณ ให้แก้ม หน้าผาก และจมูกสัมผัสกันก่อนที่จะจูบเบาๆ

GREEN

G8

สามแห่ง

≈ 3 min

ขอให้คู่ของคุณเลือกสามจุดบนร่างกายของพวกเขา ที่อาจสัมผัสหรือจูบบนเสื้อผ้า ใช้เวลาประมาณ 20 วินาทีในแต่ละสถานที่

GREEN

G9

มือนำทาง

≈ 3 min

ให้คู่ของคุณจับมือคุณและแสดงให้คุณเห็นว่าการสัมผัสเสื้อผ้ารู้สึกได้อย่างไร ติดตามก้าวของพวกเขา



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN

GREEN

G10

แผนที่จูบ

≈ 3 min

จูบคู่ของคุณในห้าจุด: หน้าผาก แก้ม ริมฝีปาก คอ และมือ ทำให้ทุกจูบอ่อนโยนและตั้งใจ

GREEN

G11

หยุดและดำเนินการต่อ

≈ 2 min

จูบคู่ของคุณเป็นเวลา 20 วินาที หยุดชั่วคราวห้าวินาทีแล้วเริ่มใหม่อีกครั้ง ทำซ้ำสองสามครั้ง

GREEN

G12

ความทรงจำที่ดี

≈ 2 min

บอกคู่ของคุณเกี่ยวกับช่วงเวลาที่คุณรู้สึกสนใจ พวกเขาเป็นพิเศษปิดท้ายด้วยการจูบ

GREEN

G13

ข้างกำแพง

≈ 2 min



ให้คู่ของคุณยืนหรือพิงกำแพงอย่างสบายๆ เข้ามาใกล้แต่เบาๆ แล้วจูบริมฝีปาก แก้ม หรือคอของพวกเขา

GREEN

G14

คอและเส้นผม

≈ 2 min

จูบคอคนรักและลูบผมช้าๆ ให้สัมผัสที่นุ่มนวลและปลอดภัย

GREEN

G15

คำสัญญาเล็กๆ น้อยๆ

≈ 2 min

พูดสิ่งหนึ่งที่คุณอยากทำมากขึ้นในชีวิตประจำวันเพื่อให้คนรักรู้สึกว่าเป็นที่ต้องการ จูบยาวๆ ในภายหลัง

GREEN

G16

จูบที่หกวินาที

≈ 3 min

จูบคู่ของคุณเป็นเวลาหกวินาที — นับช้าๆ กับตัวคุณเอง ปล่อยให้ไหลของคุณตกและความคิดของคุณเงียบลง ในขณะที่จูบอยู่ หลังจากนั้นตกลงที่จะจูบกันแบบนี้ทุกครั้งที่มีใครคนหนึ่งออกจากบ้านในสัปดาห์นี้

GREEN

G17

เผชิญหน้ากับคู่ของคุณ

≈ 3 min

หันร่างกายของคุณไปทางคู่ของคุณ ขอให้คู่ของคุณแบ่งปันสิ่งเล็กๆ น้อยๆ จากวันของพวกเขา และถามคำถามติดตามผลสองข้อก่อนที่จะแบ่งปันสิ่งของคุณเอง ปิดท้ายด้วยการจูบบนขมับของคุณ

GREEN

G18

เดาสัมผัสของคู่ของคุณ

≈ 3 min

เดาออกมาดังๆ ว่าคนรักอยากจะสัมผัสส่วนไหนของร่างกายนอกเสื้อผ้าตอนนี้ และควรเบาหรือมั่นคง และจุดดังกล่าวเป็นเวลาหนึ่งนาทีในขณะที่คู่ของคุณปรับคุณด้วย "more", "less" หรือ "same" สุดท้ายให้คู่ครองแสดงด้านด้วยมือของเขาเอง



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN

GREEN

G19

สองนาทีก่อนจูบ

≈ 3 min

นั้งหันหน้าเข้าหากัน โดยให้เข่าชิดกัน สบตากัน สองนาทีก่อนจูบโดยไม่พูดอะไร อนุญาตให้ยิ้มและเสียงหัวเราะได้ แต่ให้จ้องมอง จากนั้นพูดคนละอย่างเกี่ยวกับสิ่งที่คุณเห็นในดวงตาของอีกฝ่าย

GREEN

G20

การจูบที่ริมฝีปากบน

≈ 3 min

จูบคู่ของคุณ's upper lip while your partner kisses your lower lip. Stay in the shared kiss for a few calm breaths, then switch lips. Hold your hands softly around your partner's ใบหน้าหรือลำคอ

GREEN

G21

ปีนต้นไม้

≈ 3 min

ยืนอย่างมั่นคงด้วยเท้าทั้งสองข้างบนพื้น ผู้หญิงวางเท้าข้างหนึ่งบนหลังของผู้ชาย's, puts her arm around his neck and pulls herself up towards the man as if in a climb after a kiss. Hold tightly around your partner' — ผู้หญิงตัดสินใจว่าจะจูบนานแค่ไหน

GREEN

G22

ครึ่งหนึ่งเห็นซ้าย

≈ 3 min

ลูบแขนของคนรักตั้งแต่ไหล่ถึงข้อมือ ในจังหวะที่คุณคิดว่าเป็นจังหวะสบายๆ ลดความเร็วลงครึ่งหนึ่งแล้วลดลงอีกครั้งหนึ่ง - สัมผัสได้ว่ามือของคุณตื่นขึ้นอย่างไร คู่หูเลือกจังหวะใดในสามจังหวะที่คุณทำต่อเป็นเวลาหนึ่งนาที

GREEN

G23

มือเจียบสนิท

≈ 3 min

วางมืออ่อนและแบนข้างหนึ่งไว้ระหว่างสะบักของคู่ของคุณ และค้างไว้หนึ่งนาทีในขณะที่คุณหายใจออกช้าๆ พร้อมๆ กัน จากนั้นย้ายไปที่หลังส่วนล่างและพักอยู่ที่นั่นในระยะเวลาเท่ากัน หากคู่พูดว่า "more" แสดงว่ามือยังคงอยู่อีกสักพักหนึ่ง

GREEN

G24

วงกลมหัวใจ

≈ 3 min

เผชิญหน้ากัน วางมือขวาบนกระดูกสันอกของคู่ของคุณ เหนือหัวใจ ในขณะที่คู่ของคุณวางมือขวาบนคุณ จากนั้นวางมือซ้ายไว้บนหน้าอกของคุณเอง และคู่ของคุณก็ทำเช่นเดียวกัน มองตากันและหายใจด้วยกันอย่างสงบเป็นเวลาสิบลมหายใจโดยไม่คำพูด

GREEN

G25

หายใจเข้าตามจังหวะของคู่ของคุณ

≈ 3 min

นั้งข้างหลังคู่ของคุณ โดยให้หน้าอกแนบกับคู่หู's back and your hands calmly on your stomach, outside your clothes. Feel your partner's โดยหายใจทางหลังและจับคู่การหายใจของคุณเองให้เป็นจังหวะเดียวกัน — จังหวะของคู่ของคุณไม่ใช่จังหวะของคุณ ทำต่อไปสักสองนาทีแล้วสังเกตว่าคุณทั้งคู่มีการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN



THE SPARK

LEVEL 1 · GREEN

YELLOW

Y1

กลับบอบอุ้ม

≈ 3 min

วางมือทั้งสองข้างไว้ใต้ต้นบนของคุณแล้ว
ค่อยๆ ลูบหลังของเขา ใช้มือแบนและก้าวที่
สม่ำเสมอ

YELLOW

Y2

ปิดตาอย่างอ่อนโยน

≈ 3 min



ถามว่าคุณต้องการผ้าปิดตาหรือไม่ ค่อยๆ
จับมือ คอ แก้ม และไหล่ของพวกเขา ปิดท้ายด้วย
การจูบที่ปากอย่างอ่อนโยน

YELLOW

Y3

ตั้งแต่หน้าผากจรดปลายเท้า

≈ 3 min



จับคู่ของคุณตั้งแต่หน้าผากจรดปลายเท้าโดยไม่
ต้องสอดเข้าไปใต้กางเกงชั้นในของเขา ก้าวให้
ช้าๆ

YELLOW

Y4

เอวและสะโพก

≈ 3 min

จับคู่ของคุณไว้รอบเอวหรือสะโพกของพวกเขา
ดึงพวกเขาเข้ามา ใกล้ จูบพวกเขา จากนั้นผ่อน
ปรนเล็กน้อยอีกครั้ง

YELLOW

Y5

ขอบเตียง

≈ 3 min



ให้คู่ของคุณนั่งบนขอบเตียง ยืนหรือนั่ง ใกล้แล้ว
จูบขณะที่มีอวบนหลัง ต้นขา หรือสะโพก

YELLOW

Y6

กลับไปที่หน้าอก

≈ 3 min



นั่งข้างหลังคู่ของคุณ จูบคอและลูบท้อง หน้าอก
หรือแขนเหนือเสื้อผ้าวหรือชุดชั้นใน

YELLOW

Y7

เกือบจะปิดแล้ว

≈ 3 min



ดึงส่วนบนของคุณออกครึ่งหนึ่งแล้วหยุด
เป็นเวลาห้าวินาที จูบผิวหนึ่งที่ปรากฏและถาม
ด้วยตาก่อนที่จะถอดเสื้อผ้าวออกจนสุด

YELLOW

Y8

ต้นขาเหนือเสื้อผ้า

≈ 3 min

ลูบต้นขาด้านในของคุณเหนือเสื้อผ้าหรือ
ชุดชั้นใน อย่าเคลื่อนเข้าไปในพื้นที่ใกล้ชิดจนสุด

YELLOW

Y9

ความปรารถนาประการหนึ่ง

≈ 3 min

ขอพรง่ายๆ 1 ข้อแก่คู่ของคุณ: 'จูบที่นี่' 'ค้างไว้ที่นี่'
หรือ 'สโตรกที่นี่' ทำตามความปรารถนาของพวกเขา



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW

YELLOW

Y10

หลังส่วนล่างและส่วนล่าง

≈ 3 min

นวดหลังส่วนล่าง สะโพก และก้นของคุณ
เหนือเสื่อผ้าหรือชุดชั้นใน ใช้มือที่สงบและมั่นคง

YELLOW

Y11

จูบและมือ

≈ 3 min

จูบคู่ของคุณในขณะที่มือของคุณเคลื่อนไปได้
ส่วนบนหรือไปตามผิวหนังที่เปลือยเปล่า รักษา
สัมผัสที่อบอุ่นและช้าๆ

YELLOW

Y12

แถบผิวหนังเล็กๆ

≈ 2 min

หาแถบผิวหนังเปลือยเล็กๆ ที่ท้อง หลัง ไหล่ หรือ
สะโพก จูบมันอย่างช้าๆ

YELLOW

Y13

การสั่นสะเทือนเหนือเสื่อผ้า

≈ 3 min

ใช้เครื่องสั่นบนเสื่อผ้าหรือชุดชั้นในของคุณ
ที่ต้นขา หลัง สะโพก หรือท้อง เริ่มจากการตั้งค่า
ต่ำ ยังไม่สนิทสนมกัน โดยตรง

YELLOW

Y14

ใต้ผ้าห่ม

≈ 3 min

นอนใกล้คู่ของคุณใต้ผ้านวม จูบและสัมผัสเสื่อผ้า
หรือชุดชั้นใน

YELLOW

Y15

รายการโปรดของคุณ

≈ 3 min

ถามคู่ของคุณว่าการจูบหรือสัมผัสตอนนี้รู้สึกดี
ตรงไหน ให้มันอ่อนโยน

YELLOW

Y16

คอ หู ไหล่

≈ 3 min

จูบคอ หู และไหล่ของคนรัก ใช้ริมฝีปากนุ่มและ
ลมหายใจอุ่น

YELLOW

Y17

ยื่นมือมา

≈ 3 min

วางมือของคุณไว้บนมือของคุณให้พวกเขา
นำทางมือทั้งสองข้างไปยังจุดที่รู้สึกดีเหนือ
เสื่อผ้าหรือชุดชั้นใน เดินตามจังหวะและความ
กดดันที่พวกเขาแสดงออกมาโดยไม่ต้องเข้า
ควบคุม

YELLOW

Y18

ขอบเขตชุดชั้นใน

≈ 3 min

แตะรอบขอบกางเกงชั้นในของคุณแต่อย่า
แตะข้างใต้ จูบท้อง สะโพก หรือต้นขาระหว่างการ
เคลื่อนไหวแต่ละครั้ง



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW

YELLOW

Y19

มือแบนหรือปลายนิ้ว

≈ 3 min

ใช้มือของคุณลูบหลังคนรักก่อน จากนั้นจึงใช้เพียงปลายนิ้ว ใช้เส้นทางเดียวกันและก้าวสบายๆ เท่ากันทั้งสองครั้ง ถามพันธมิตร: "flat hand or fingertips?" ดำเนินการต่อกับพันธมิตรคนใดจะเลือก

YELLOW

Y20

มือข้างหนึ่งมีน้ำมัน

≈ 3 min

อุ่นน้ำมันนวดส่วนตัวบนฝ่ามือของคุณ — หากคุณไม่'t have it, use a lubricant. Never pour directly onto the skin. Stroke your partner'กลับสลับกันด้วยมือที่ทำน้ำมันและมือที่แห้ง และสุดท้ายถามว่า: "oil or without?" ดำเนินการต่อกับคู่นอนคนไหนก็ตามที่เลือก

YELLOW

Y21

เสื่อไค้ทยาว

≈ 3 min

วางฝ่ามือทั้งสองไว้ที่ด้านล่างของคู่ของคุณ's back. Stroke slowly upwards with one hand on each side of the spine, out over the shoulders and down the sides. Repeat in the same calm rhythm. Use intimate massage oil — if you don'tไม่มี ให้ใช้สารหล่อลื่น

YELLOW

Y22

เมลิ่ดงาและข้าว

≈ 3 min

นอนเผชิญหน้ากัน. ประสานแขนและขาให้แน่น's, so close that you can feel the other'sลมหายใจ นอนแบบนี้ จูบอย่างสงบ และปล่อยให้มือลูบหลัง

YELLOW

Y23

ห้าแห่ง ห้าตัวเลข

≈ 3 min

จูบและลูบไล้คู่ของคุณ 5 จุด ที่ละจุด: คอ สะบัก หลังส่วนล่าง ท้อง และสะโพก คู่มือให้หมายเลขสถานที่แต่ละแห่งตั้งแต่ "one" ถึง "five" กลับไปยังที่ที่ชนะและอยู่ที่นั่นสักพักหนึ่ง

YELLOW

Y24

ความร้อนที่เจียบสงบ

≈ 3 min

ถูฝ่ามือเข้าหากันจนกว่าจะอุ่นจริงๆ วางมือข้างหนึ่งบนท้องของคู่ของคุณและอีกข้างหนึ่งวางบนหลังส่วนล่างแบบเนื้อแนบเนื้อ และกลิ้งไว้เป็นเวลาหนึ่งนาทีขณะหายใจในอัตราเดียวกัน จบด้วยจิ้งหะช้าๆ เพียงครั้งเดียว

YELLOW

Y25

กระจกเงา

≈ 3 min

ยืนอยู่ข้างหลังคู่ของคุณหน้ากระจก ลูบไหล่ แขน และท้องของคู่ของคุณช้าๆ โดยยังคงสบตาในกระจก เพื่อนบอกว่า "continue" เมื่อคุณเปลี่ยนสถานที่ การเห็นและความรู้สึกไปพร้อมๆ กัน ทำให้สัมผัสแข็งแกร่งขึ้น



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW



THE SPARK

LEVEL 2 · YELLOW

ORANGE

01

จูบเหนือชุดชั้นใน

≈ 3 min

จูบคู่ของคุณผ่านหรือรอบๆ กางเกงชั้นใน บน สะโพก ท้อง และต้นขา ทำให้มันเบาและลื่น

ORANGE

02

โฟกัสที่หน้าอก

≈ 4 min

จูบและลูบหน้าอกหรือหน้าอกของคุณ เริ่มต้นด้วยการใช้มือเรียบๆ และจูบเบาๆ และถามว่า พวกเขาต้องการความกดดันหรือความเข้มข้นมากกว่านี้หรือไม่

ORANGE

03

เครื่องเล่นเหนือชุดชั้นใน

≈ 3 min

ใช้เครื่องเล่นบนชุดชั้นในของคุณ เริ่มต้นจากการตั้งค่าที่ต่ำแล้วปล่อยให้พวกเขาตัดสินใจว่าจะเพิ่มหรือไม่

ORANGE

04

มุ่งความสนใจไปที่เธออย่างอ่อนโยน

≈ 4 min

ตอนนี้ถึงคราวของเธอแล้ว ปล่อยให้เธอจับมือคุณและวางไว้ในตำแหน่งที่เธอต้องการสัมผัสเหนือหรือรอบๆ ชุดชั้นในของเธอ เดินตามสถานที่ ความกดดัน และจังหวะที่เธอแสดงออกมา โดยไม่ต้องเข้าควบคุม

ORANGE

05

มุ่งความสนใจไปที่เขาอย่างอ่อนโยน

≈ 4 min

ตอนนี้ถึงคราวของเขาแล้ว จูบท้อง สะโพก และต้นขาด้านใน ค่อยๆ เคลื่อนไปทางบริเวณรอบกางเกงชั้นใน ทำให้มันสนุกสนานและไม่เร่งรีบ

ORANGE

06

นวดผ่อนคลาย

≈ 5 min

ปล่อยให้คู่ของคุณนอนหงายโดยหลับตา โดยควรถัดศีรษะ ใช้น้ำมันนวดแบบ กลีเซอรีน ใช้มือแบนเป็นวงกลมช้าๆ จากชายโครงเหนือท้องและต้นขาไปจนถึงน่อง พักบริเวณขาหนีบและต้นขาด้านในเล็กน้อย จากนั้นลูบหลังเบาๆ และปิดท้ายด้วยการจูบเบาๆ ที่ท้อง

ORANGE

07

ปิดตา

≈ 4 min



ถามว่าคู่ของคุณต้องการใช้ผ้าปิดตาหรือไม่. ค่อยๆ จูบหน้าท้อง หน้าอก ต้นขา และสะโพกของพวกเขา หากพวกเขาต้องการ ให้จูบเบาๆ ใกล้เคียงหรือเหนือกางเกงชั้นในของพวกเขา

ORANGE

08

น้ำอุ่น

≈ 3 min



อาบน้ำอุ่นด้วยกัน ล้างไหล่ หลัง ท้อง ขา และเท้าของกันและกัน ให้ผู้ที่ได้รับคำแนะนำสิ่งที่รู้สึกดี

ORANGE

09

ค้นหาจังหวะ

≈ 4 min

ลองจูบเบาๆ แบบเดียวกันในสามจุด: คอ หน้าอก และต้นขาด้านใน ถามว่าสถานที่ไหนรู้สึกดีที่สุด จากนั้นอยู่นิ่งด้วยจังหวะเดียวกันอย่างน้อยหนึ่งนาที



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE

ORANGE

O10

ก้นและต้นขา

≈ 4 min

นวดก้นและต้นขาของคุณด้วยน้ำมันหรือสารหล่อลื่นกับผิวหนังภายนอกหาการู้สึกว่าเหมาะสม

ORANGE

O11

ริมฝีปากเท่านั้น

≈ 3 min

ใช้เพียงริมฝีปาก แก้ม และลมหายใจบนคอ หน้าอก ท้อง และต้นขาของคุณเป็นเวลาหนึ่งนาที วางมือไว้ด้านหลัง จากนั้นค่อยๆ วางมือไว้บนสะโพกและปิดท้ายด้วยการจูบเบาๆ

ORANGE

O12

ตาของเธอ

≈ 4 min

กระตุ้นบริเวณอวัยวะเพศของเธอเหนือจุดชั้นในด้วยปลายนิ้วเป็นวงกลมช้าๆ สม่ำเสมอ รักษาแรงกดต้นให้เบาและคงที่ และปล่อยให้เธอปรับตัวด้วย 'มาก' หรือ 'น้อยลง'

ORANGE

O13

ตัวต่อตัว

≈ 4 min

ถูร่างกายของคุณช้าๆ กับคู่ของคุณ แบบเนื้อแนบเนื้อ โดยให้น้ำหนักอยู่ที่สะโพกและต้นขา ใช้สารหล่อลื่นกับผิวหนังภายนอกหากการเสียดสีไม่สบายตัว

ORANGE

O14

ครึ่งละสองนาที

≈ 4 min

สำรวจจุดชั้นในของคุณด้วยมือของคุณเพื่อหาความรู้สึกที่แตกต่าง - สัมผัสถึงเนื้อสัมผัส ความอบอุ่น และรูปทรง จุดสั้น ๆ เกี่ยวกับหน้าอก และบริเวณจุดซ่อนเร้น ฯลฯ คู่สนทนาจะพูดเฉพาะ "stop" ถ้ามีอะไรไม่สบายใจเท่านั้น สลับบทบาทเมื่อผ่านไปสองนาที

ORANGE

O15

พูดก่อนที่จะทำ

≈ 4 min

กระซิบใส่คู่ของคุณ's ear exactly what you are going to do: "Now I'm จะจูบคุณที่ก้นท้องของคุณ" รอลมหายใจสงบสามครั้งแล้วทำตามที่คุณพูด อย่าทำอีก ทำซ้ำโดยวางที่ใหม่ๆ รอบๆ จุดชั้นใน คำสัญญาที่เก็บไว้มีความสุขเพียงครั้งเดียว

ORANGE

O16

ลดลงและไหล

≈ 4 min

ค่อยๆ ลูบจุดชั้นในของคุณ's stomach, hips and thighs. Stay by the edge of your partner's เป็นเวลาเพียงสองวินาทีแล้วเลื่อนไปยังจุดที่เจ็บกว่า หันหลังกลับอีกเล็กน้อยในแต่ละรอบเหมือนกระแสน้ำ คูหูพูดว่า "stay" เมื่อคุณต้องหยุดตรงนั้น

ORANGE

O17

ปล่อยให้มันเคี้ยว

≈ 4 min

จูบคู่ของคุณอย่างเข้มข้นเป็นเวลาสองนาที — มือแนบผม แนบลำตัวโดยสวมจุดชั้นใน จากนั้นให้หยุดโดยสมบูรณ์ตามข้อตกลง และนอนข้างๆ กันเป็นเวลาหนึ่งนาทีโดยไม่มีการสัมผัสกัน รู้ว่าร่างกายเกิดมากเพียงใดเมื่อไม่มีอะไรเกิดขึ้น. หนึ่งในพวกคุณพูดว่า "continue" เมื่อหมดนาที

ORANGE

O18

พันธมิตรเป็นผู้กำหนดจังหวะ

≈ 4 min

ผู้ชายนอนอยู่บนหลังของเขา ผู้หญิงนั่งทับสะโพกของคุณในจุดชั้นในและเคลื่อนไหวเข้าหาคุณตามจังหวะและมุมของเธอเอง ผู้ชายสามารถวางมือบนสะโพกของคุณอย่างสงบโดยไม่ต้องชี้นิ้ว ผู้หญิงคนนั้นพูดว่า "hold" เพื่อการจับที่กระชับขึ้น และ "let go" เพื่ออิสรภาพ — และตัดสินใจว่าเมื่อใดจึงจะเพียงพอ



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE

ORANGE

O19

สวิงกับมือ

≈ 4 min

พักผ่อนให้เรียบ โดยยังคงขึ้นกางเกงชั้นในของคุณด้วยแรงกดที่สม่ำเสมอ โดยปราศจากการเคลื่อนไหวใด ๆ จากคุณ คูหุโยกสะโพกแนบมือตามจังหวะของตนเอง งานของคุณคือรักษาความกดดันให้คงที่เหมือนกำแพงที่เผชิญหน้า คู่ปรับด้วย "heavier" หรือ "lighter"

ORANGE

O20

ปากเจียบพร้อมกับจูบเจียบ ๆ

≈ 4 min

ลดริมฝีปากของคุณลงแนบคู่ของคุณอย่างเจียบๆ เหนือชุดชั้นในของพวกเขา และปล่อยให้ความอบอุ่นและลมหายใจทำงานเป็นเวลาครั้งที่ จูบสีจู้บอันอ่อนโยนผ่านผ้า อย่าลบบอกเว้นแต่คู่ของคุณต้องการอย่างชัดเจน หลังจากนั้น พวกเขาเลือกกระหว่างการจูบที่ยืดเยื้อมากขึ้นหรือไปยังไฟโบลัดไป

ORANGE

O21

สัมผัสเมื่อหายใจออก

≈ 4 min

ค้นหาคู่หูของคุณ's breath with a flat hand on your sternum. Then stroke down the chest, abdomen and thighs only on your partner's หายใจออก และวางมือให้หนึ่งอยู่กับลมหายใจเข้า พบกับการจ้องมองเมื่อรู้สึกเป็นธรรมชาติ ปล่อยให้คู่ของคุณกำหนดจังหวะ

ORANGE

O22

สั้น ๆ ไปเรื่อย ๆ

≈ 4 min

จูบไล่เขาเหนือกางเกงชั้นในในช่วงเวลาสั้นๆ: ไม่กี่วินาทีบนองคชาตของเขา จากนั้นไปที่ท้อง ต้นขา และหลัง ให้ปลายนิ้วของคุณสัมผัสกับถุงอัณฑะและโคนขององคชาตครั้งหนึ่งด้วย มั่นใจคือการแลกเปลี่ยนที่สร้าง อย่าอยู่จนกว่าเขาจะบอกว่า "stay there."

ORANGE

O23

น้ำมันอุ่นๆ บนหน้าอก

≈ 4 min

น้ำมันนวดตัวอุ่นๆ ระหว่างฝ่ามือ หากไม่มี ให้ใช้สารหล่อลื่น ห้ามเทลงบนผิวหนังโดยตรง นวดหน้าอกของเธอเป็นวงกลมขนาดใหญ่และซ้ำๆ จากด้านนอกเข้าด้านใน โดยเหลือหัวนมไว้ตรงส่วนท้ายสุดเพียงเล็กน้อยเท่านั้น เธอปกครองด้วย "more" และ "easier"

ORANGE

O24

คูหุพบกับเครื่องสั่น

≈ 4 min

ถือเครื่องสั่นโดยใช้พลังงานต่ำโดยให้หนึ่งสนิทกับคูหุของคุณ's underwear, with a firm hand. The partner moves his hips against it and finds space and pressure himself — the fabric cushions, and that's ย้ายเมื่อคูหุของคุณพูดว่า "move" เท่านั้น

ORANGE

O25

จูบสี่ครั้ง หนึ่งต้นขา

≈ 4 min

จูบคู่ของคุณสี่ครั้งที่ต้นขาด้านใน จูบละ 1 ครั้ง: จูบเบาๆ โดยกดเบาๆ โดยให้ริมฝีปากสัมผัสผิวหนังเล็กน้อย และจูบด้วยปลายลิ้น พันธมิตรเลือกผู้ชนะด้วย "den" เดียว ทำซ้ำการจูบที่ได้รับชัยชนะอย่างซ้ำๆ ไปตามขอบกางเกงชั้นในของคนรัก



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE



THE SPARK

LEVEL 3 · ORANGE

RED

R1

จังหวะของเธอ

≈ 5 min

ปล่อยให้เธอจับมือคุณและนำทางไปยังตำแหน่งความกดดัน และจังหวะ เมื่อเธอปล่อยแล้วให้ดำเนินการตามที่เธอแสดงไว้

RED

R2

จังหวะของเขา

≈ 5 min

ให้เขาวางมือไว้เหนือคุณแล้วแสดงการยืดเกาะและฝ่าเท้าที่เขาชอบ ใช้สารหล่อลื่นหากจำเป็น และรักษาจังหวะให้สม่ำเสมอ

RED

R3

แม้กระทั่งการโฟกัสแบบคลิกทอล

≈ 5 min

กระตุ้นบริเวณคลิตอริสของเธอด้วยจังหวะที่สม่ำเสมอและแรงกดเบา ๆ อย่าเปลี่ยนเทคนิคบ่อยเกินไป เมื่อบางอย่างได้ผล ให้ยึดตามนั้น

RED

R4

มือซ้าย

≈ 5 min

ใช้สารหล่อลื่นและมือที่มั่นคงบนอวัยวะเพศชาย รักษาตามจับ ให้สม่ำเสมอและเปลี่ยนแรงกดให้มากกว่าความเร็ว อย่าลังเลที่จะหยุดพักสักสองสามวินาทีเมื่อคุณวางมือไว้ที่โคนอวัยวะเพศ จับ/กดดันให้แน่นขึ้น ค้างไว้สักครู่ก่อนดำเนินการต่อถามคู่ของคุณว่ามันรู้สึกดีหรือไม่

RED

R5

ฝ่าเท้า

≈ 4 min

นวดฝ่าเท้าของคู่ของคุณเบาๆ ซึ่งเป็นบริเวณระหว่างอวัยวะเพศและทวารหนักที่ด้านนอกของร่างกาย ใช้แผ่นนิ้วแบบแบน แม้กระทั่งแรงกดและสารหล่อลื่น

RED

R6

สร้างและสงบสติอารมณ์

≈ 6 min

นำมือของคุณเข้าใกล้เพื่อความพึงพอใจสูงสุด สงบสติอารมณ์ด้วยการจูบเบาๆ ที่ปาก คอ และหน้าอก แล้วลุกขึ้นอีกครั้ง ทำเฉพาะในกรณีที่คนรักของคุณชอบ

RED

R7

ผู้หญิงได้อย่างสบายใจ

≈ 6 min



A receiving position where she lies comfortably and everything reaches.

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

RED

R8

หยุดโดยไม่มีระยะห่าง

≈ 3 min

หยุดการกระตุ้น แต่ยังคงสัมผัสร่างกายไว้: โอบกอดคู่ของคุณแล้วจูบคอและไหล่อย่างสงบ คู่หูพูดว่า "continue" เมื่อคุณกำลังจะก้าวต่อไป

RED

R9

อย่าเปลี่ยน

≈ 5 min

กระตุ้นคู่ครอง เมื่อคู่ของคุณดูเหมือนใกล้จะมีความสุขเต็มที่แล้ว ให้ถามสักครั้ง: "Should I continue just like this?" หากเป็นเช่นนั้น ให้รักษาจังหวะ ความกดดัน และสถานที่ให้มันคงที่ที่สุด — และอย่าถามมากเกินไปกว่านี้



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

ไปต่อตรงนั้นเลย

≈ 5 min

ค้นหาสัมผัสประเภทหนึ่งที่คู่ของคุณตอบสนองได้ดี ยึดสถานที่ จังหวะ และความกดดันเดิมไว้เป็นเวลาอย่างน้อยสามนาที อย่าเปลี่ยนแม้ว่าจะรู้สึกซ้ำซากจำเจก็ตาม

RED

R11

จนถึงหน้าอก

≈ 5 min

ผู้รับวางพิงหน้าอกของคุณ — ชิดด้านหลัง โดยเอามือไว้ข้างหน้า

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

RED

R12

จับมือกันนอนตะแคง

≈ 5 min

นอนเคียงข้างกัน โดยเผชิญหน้ากัน ในจุดที่คุณให้ในเวลาเดียวกัน — ด้วยจังหวะที่สงบเท่าๆ กัน

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

RED

R13

บัตรหลักของเธอ

≈ 6 min



เธอเลือก: มือ ปาก หรือเครื่องสั้น กระตุ้นภายนอก เธอด้วยอะไรก็ได้ที่เธอเลือก รักษาจังหวะให้คงที่ และอย่าเปลี่ยนบ่อยเกินไป

RED

R14

เครื่องสั้นที่ช่องคลอด

≈ 6 min

ใช้เครื่องสั้นด้วยพลังงานต้านอกช่องคลอด ถ้ามันแรงเกินไปก็ให้ใส่ผ้าบางๆ ไว้ตรงกลาง เธอควบคุมกำลังด้วย "up" และ "down"

RED

R15

คลื่นความกดดันเพื่อเธอ

≈ 6 min

ใช้ของเล่นคลื่นแรงดันที่ใช้พลังงานต่ำโดยตรง หรือใกล้กับอวัยวะเพศหญิง รักษาตำแหน่งที่เธอบอกว่ามันโดนและจูบเธอในระหว่างนั้น

RED

R16

วนไปรอบๆ ไม่ใช่บน

≈ 5 min

วาดวงกลมเบาๆ รอบคลิตอริสด้วยปลายนิ้วและสารหล่อลื่น — ไปตามด้านข้างและเหนือผิวหนังด้านบน โดยไม่ตรงๆ รักษาวงกลมให้สม่ำเสมอ และกลม ไปที่ตรงกลางเฉพาะเมื่อเธอพูดว่า "closer"

RED

R17

สามการเคลื่อนไหว

≈ 5 min

ลองเคลื่อนไหวสามครั้งบนบริเวณคลิตอริสโดยใช้สารหล่อลื่น: ขึ้นและลง วงกลมเล็กๆ และจากด้านหนึ่งไปอีกด้านหนึ่ง ครั้งละครั้งนาที่ เธอเลือกด้วยคำว่า "the" รักษาการเคลื่อนไหวที่ชนะให้ราบรื่นอย่างสมบูรณ์แบบในภายหลัง

RED

R18

ลื่นเจียบ

≈ 5 min

วางลื่นของคุณให้ราบและนิ่งสนิทกับคลิตอริส แล้วนอนลง ปล่อยให้เธอหมุนสะโพกเข้าหาคุณตามจังหวะของเธอเองขณะที่คุณยืนนิ่ง เมื่อเธอพูดว่า "more" คุณจะเริ่มขยับลื่นด้วยตัวเอง — อย่างใจเย็น



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

R19

ตลอดเวลาในโลก

≈ 5 min

ก่อนที่คุณจะเริ่ม ให้พูดออกมาดัง ๆ ว่า "I have all the time in the world, and I love this." จากนั้นให้ปากของคุณทำให้คู่ของคุณมีความสุขเรียบ ๆ และแสดงให้เห็นว่าคุณหมายความว่าแบบนั้นไปตลอด — "mmm" ที่ต่ำแนบกับผิวหนังให้ความรู้สึกเหมือนมีแรงสั่นสะเทือนที่อ่อนแอ หากคุณสังเกตเห็นว่าคนรักของคุณหายไปในหัวของคุณ ให้พูดประโยคนี้ซ้ำอย่างใจเย็นและพูดต่อซ้ำๆ เหมือนเดิม คู่หูพูดว่า "done"

RED

R20

เกือบจะถึงแล้ว

≈ 5 min

นวดต้นขาและขาหนีบด้านในด้วยน้ำมันนวดแบบไกล์ซิด หากไม่มี ให้ใช้สารหล่อลื่น เข้าไกล์คลิตอริสอย่างช้าๆ และเลื่อนผ่านไปโดยไม่ต้องสัมผัส ทำซ้ำการเกือบแตะจนกว่าเธอจะพูดว่า "now" จากนั้นคุณจะอยู่ต่อ

RED

R21

ง่ายกว่าที่คุณคิด

≈ 5 min

เริ่มต้นได้ง่ายกว่าที่คุณคิด: ลูบไล้บริเวณคลิตอรัสด้วยนิ้วมือของคุณ เบา ๆ เช่นเดียวกับเปลือกตากดความกดดันไว้จนกว่าเธอจะพูดว่า "more pressure" — แล้วเพิ่มระดับหนึ่ง

RED

R22

นิ้วเดียวหนึ่งสนิท

≈ 5 min

ค่อยๆ ใส่สารหล่อลื่นหนึ่งนิ้วถ้าเธอต้องการ และกดค้างไว้จนสุด ในขณะที่ปากหรือมืออื่นๆ ของเธอทำงานด้านนอก เมื่อเธอพูดว่า "more" เท่านั้น คุณจะค่อยๆ งอนิ้วไปทางผนังด้านหน้าในการเคลื่อนไหว "come here"

RED

R23

ด้านล่างของด้านบน

≈ 5 min

ใช้สารหล่อลื่นและแผ่นนิ้วโป้งเป็นวงกลมเล็กๆ เบาๆ ที่ด้านล่างขององคชาติ ได้ศีรษะ ซึ่งเป็นจุดที่เขารู้สึกไวที่สุด รักษาจังหวะให้สงบและสม่ำเสมอ เขาปรับตัวด้วย "lighter" หรือ "firmer"

RED

R24

มืออันอบอุ่นอยู่ข้างใต้

≈ 5 min

วางมือที่อบอุ่นเหมือนขามรอบๆ ฤกษ์อันทะ โดยให้หนึ่งสนิท เพียงแค่ให้ความอบอุ่นและมีน้ำหนักเบา ค่อยๆ ลูบอวัยวะเพศชายด้วยสารหล่อลื่นด้วยมืออีกข้าง เขาปรับตัวด้วย "tighter" หรือ "looser"

RED

R25

ริมฝีปากที่ดูดได้ง่าย

≈ 5 min

เลียบริเวณคลิตอริสอย่างสงบและทั่วถึงจนกว่าเธอจะพอใจ จากนั้นปิดริมฝีปากของคุณเบาๆ รอบคลิตอริส และดูดเบาๆ เป็นเวลาหนึ่งวินาที — เหมือนจูบเล็กๆ ที่เปียก — ก่อนที่จะกลับไปสู่ลิ้นของคุณ ดูดซ้ำเป็นระยะๆ อย่างนุ่มนวลเสมอและไม่เคยแรงขึ้นตามความคิดริเริ่มของคุณเอง เธอปกครองด้วย "more suction", "only heavy" และ "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

PURPLE

L1

มิชชันนารีกับหมอน

≈ 7 min



มิชชันนารีแบบเจียบๆ ที่มุ่มหนึ่งเหมาะกับเธอ

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

PURPLE

L2

เธออยู่ด้านบน

≈ 7 min



เธออยู่ด้านบนสุดและตัดสินใจทุกอย่างไม่ว่าจะเป็นการเคลื่อนไหว ความลึก และจังหวะ

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

PURPLE

L3

ซ้อนด้วยมือข้างหน้า

≈ 7 min



รถเทียมข้างรถจักรยานยนต์ที่ออกแบบมาให้ใช้งานได้ยาวนาน — ความใกล้ชิดที่ด้านหลัง ความสุขที่ด้านหน้า

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

PURPLE

L4

ผู้หญิงมีสมาธิระหว่างมีเพศสัมพันธ์

≈ 7 min



เธอเลือกตำแหน่งสำหรับการมีเพศสัมพันธ์ไม่ว่าจะใช้ข้อ อยู่บนตักหรือบนตัก เพื่อให้ด้านหน้าของเธอเป็นอิสระสำหรับการใช้มือหรือเครื่องเล่น

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

PURPLE

L5

หันหน้าเข้าหากันนอนตะแคง

≈ 7 min

แบร้งด้านข้างหันเข้าหากัน — เจียบ ปิด และปรับได้ง่าย

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

PURPLE

L6

ข้างเตียงเพื่อเธอ

≈ 7 min

เธออยู่ที่ขอบเตียง เขายืนอยู่ และด้านหน้าของเธอก็เป็นอิสระโดยสิ้นเชิง

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

PURPLE

L7

กระดูกรวมตัวกัน

≈ 7 min

ทำมิชชันนารีโดยให้ขาชิดกัน — สัมผัสได้มากขึ้น แต่เคลื่อนไหวน้อยลง

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

PURPLE

L8

เธอวางหมอนไว้บนท้อง

≈ 7 min

เธอนอนราบไปกับหมอนเตี้ยๆ ซึ่งเป็นรูปแบบที่ผ่อนคลายที่สุดที่มีอยู่

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

PURPLE

L9

นั่งด้วยการสนับสนุน

≈ 7 min

เขานั่งพิงหน้าจั่ว เธอนั่งบนตักของเขาโดยหันหลังให้เขา มือของเขาวางอยู่ข้างหน้า

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



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE

PURPLE

L10

โยกเยกอย่างสงบ

≈ 7 min

มีขัณฑ์ารึรูปแบบอื่นที่เขานอนอยู่สูงและโยกตัวแทนที่จะผลั้ก

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

PURPLE

L11

การรวมกันของเธอ

≈ 7 min

เธอรวบรวมตอนเย็น: ตำแหน่ง การเพิ่มเติม และข้อสรุป

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

PURPLE

L12

หันมาด้วยปากของเขา

≈ 6 min

ตอนนี้'s the man'หันมาสนุกกับตัวเองแล้ว จูบท้อง ต้นขาด้านใน และบริเวณรอบๆ องคชาตของเขา จากนั้นค่อยๆ ให้ความสุขทางปากแก่เขา ปลอ้ยให้มือของคุณลูบต้นขาและสะโพก หรือจับเบาๆ รอบ โคนอวัยวะเพศของคุณ

PURPLE

L13

ตาของเขาด้วยมือของเขา

≈ 6 min

มอความเพลิตเพลินด้วยมือของคุณ: ใช้สารหล่อลื่น จับให้มั่นคง และปรับแรงกดให้มากกว่าความเร็ว จูบคอ หน้าอก และท้องของเขาพร้อมกัน เขาปรับด้วย "firmer", "looser" หรือ "same"

PURPLE

L14

อันดับแรกคือหันส่วน จากนั้นคุณ

≈ 8 min

ให้มือและปากแก่คู่ของคุณเป็นเวลาห้านาที — มีสมาธิเต็มที่ โดยที่คู่ครองไม่ต้องทำอะไรเป็นการตอบแทน หลังจากนั้นคุณเลือกความสุขและใช้เวลาอย่างน้อยก็เท่าเดิม

PURPLE

L15

หยุดตรงกลาง

≈ 6 min

หยุดการมีเพศสัมพันธ์โดยสิ้นเชิง แต่ต้องอยู่ใกล้กันโดยสัมผัสทั้งตัว ปิดท้ายด้วยการจูบอย่างสงบ จ้วไฟอึกไบเมื่อคุณพร้อมที่จะไปต่อ

PURPLE

L16

พักอยู่บนต้นขาของเขา

≈ 6 min

ร่วมเพศโดยคุกเข่า: เขานั่งตัวตรงบนเข่าของเขา เอนนอนหงาย โดยให้กระดูกเชิงกรานวางอยู่บนต้นขาและมีหมอนอยู่ใต้หลังส่วนล่างของเธอ มือทั้งสองข้างของเขาเป็นอิสระ นิ้วจะพับเป็นวงกลมหนึ่งและสงบในบริเวณอวัยวะเพศหญิงขณะที่สะโพกขยับช้าๆ เธอควบคุมด้วย "same", "calmer" หรือ "stop"

PURPLE

L17

เธออยู่ด้านบนบนตลอดทางลง

≈ 6 min

โต้ตอบกับเธอจากด้านบน แต่ลงไปจนสุด: เอนนอนราบกับหน้าอกของเขา โดยให้ขาอยู่ข้างในหรือข้างนอกของเขา เธอถูและขีดหินกับหน้าท้องของเขาแทนที่จะขี่ ซึ่งเป็นบริเวณอวัยวะเพศของเธอที่สัมผัสกันตลอดเวลา เขานอนนิ่งและให้แรงกดกลับเล็กน้อยด้วยมือของเขามหลังส่วนล่างของเธอ เธอควบคุมด้วย "same" หรือ "calmer"

PURPLE

L18

กรรไกรอยู่ในตำแหน่งด้านข้าง

≈ 6 min

มีเพศสัมพันธ์โดยใช้กรรไกร: เขานอนตะแคง โดยเอนนอนหงายตั้งฉากกับเขา ขาของเธออยู่เหนือสะโพกและขาท่อนล่างอยู่ระหว่างเธอ ไม่มีใครแบกน้ำหนัก และส่วนหน้าของเธอก็ว่างสำหรับมือของเขาหรือเครื่องเล่นที่ใช้พลังงานต่ำ เคลื่อนตัวไปในเชิงช้าเล็กๆ ที่เจ็บสงบ เธอควบคุมด้วย "deeper", "shallow" หรือ "same"



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE

PURPLE

L19

ชอบเตียงเขาคูกเขาลง

≈ 6 min

ร่วมเพศที่ชอบเตียง เอนนั่งเอนหลังอย่างสบาย โดยมีหมอนอยู่ข้างหลัง ในขณะที่เขาคูกเขาลงข้างหน้า โดยควรวูบหมอน การเผชิญหน้ากัน คุณสามารถจูบและรักษาสวนหน้าของร่างกายของเธอให้เป็นอิสระ หากเธอต้องการการเปลี่ยนแปลง เขาสามารถใช้ปากโดยไม่ต้องขยับเธอนำทางด้วย "same" หรือ "slower"

PURPLE

L20

เริ่มต้นอย่างเจียบ ๆ

≈ 6 min

เริ่มต้นการมีเพศสัมพันธ์ด้วยความเจียบ: เลื่อนเข้ามา จากนั้นคงอยู่นิ่งๆ เป็นเวลาหนึ่งถึงสองนาทีโดยสัมผัสทั้งตัว หายใจเข้าอย่างสงบตามจังหวะและรู้สึกแทนการเคลื่อนไหว เธอเริ่มเคลื่อนไหวครั้งแรกเมื่อเธอพร้อม - ดิ้นและช้า เธออยากจะเจียบต่อไปไหม เธอพูดว่า "same"

PURPLE

L21

แก้ด้น หนึ่งลึก

≈ 6 min

กำหนดรูปแบบการมีเพศสัมพันธ์ที่ตายตัว ในมิชชันนารี โดยให้เคลื่อนไหวอย่างสงบและด้นขึ้น 9 ครั้งในช่วงท้ายสุด เพียง 2-3 เซนติเมตรแรก จากนั้นจึงเคลื่อนไหวลึก 1 ครั้ง ปลายประสาทส่วนใหญ่อยู่ที่ปลายด้านนอก และส่วนลึกจะรู้สึกได้มากกว่าเพราะพบได้น้อย กดรูปแบบไว้ลึกครู่เธอปรับด้วย "shallower" หรือ "deeper"

PURPLE

L22

จูบผ่านทุกสิ่ง

≈ 6 min

จูบเธออย่างลึกซึ้งตลอดการมีเพศสัมพันธ์ไม่ใช่เป็นการประดับประดา แต่จูบเพียงครั้งเดียว เลือกตำแหน่งที่ปากบรรจบกัน เช่น มิชชันนารีหรือเธอที่โน้มตัวไปข้างหน้า และปล่อยให้เคลื่อนไหวของสะโพกหยุดก่อนที่จะจูบ หากคุณเสียจังหวะให้จูบค้างไว้แล้วหาสะโพกของคุณอีกครั้งในภายหลัง

PURPLE

L23

แก้ไอโยก

≈ 6 min

นั่งมีเพศสัมพันธ์โดยหันหน้าเข้าหากัน: เขาเอนกายลงครึ่งหนึ่งกับหัวเตียง โดยมีหมอนอยู่ด้านหลัง เธออยู่ระหว่างขาของเขา เอนหลังพิงมือและขาอยู่เหนือสะโพกของเขา แกว่งเข้าหากันอย่างสงบ และปรับตำแหน่งที่โดนโดยเอนหลังไม่มากนักน้อย ด้านหน้าของเธอเปิดไว้สำหรับมือหรือเครื่องเล่น เธอพูดว่า "same" เมื่อมูมนั้นอยู่

PURPLE

L24

คุกเข่าปิดด้านหลัง

≈ 6 min

ร่วมเพศกับคุณทั้งคู่โดยคุกเข่า: เธอคุกเข่าตัวตรง โดยให้หลังของเธออยู่ที่หน้าอกของเขา และเขาขีดข้างหลัง เธอควบคุมการโยกด้วยสะโพกของเธอ เขาโอบแขนข้างหนึ่งไว้รอบตัวเธอ และปล่อยให้มืออีกข้างวางเท่าๆ กันบนบริเวณคลิตอริส มูมนี้อธิบายได้ในตัว - นั่นคือประเด็น เธอพูดว่า "deeper" เฉพาะในกรณีที่เธอต้องการมากกว่านี้ ไม่เช่นนั้น "quieter" หรือ "same"

PURPLE

L25

วงกลม ไม่ใช่การกระแทก

≈ 6 min

สลับไปมาด้วยวงกลม: อยู่ข้างในแล้วขยับสะโพกเป็นวงกลมเล็กๆ ซ้ำๆ เข้าหากัน แรงกดดันจะเคลื่อนที่ไปรอบๆ แทนที่จะเข้าและออก และบริเวณคลิตอริสจะไม่ขาดการติดต่อ ลองใช้มิชชันนารี ซ้อน หรือโดยมีเธออยู่ด้านบน เธอควบคุมขนาดของวงกลมด้วยมือของเธอบนสะโพกของเธอ และพูดว่า "same" เมื่อกระทบ



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE



THE SPARK

LEVEL 5 · PURPLE

BLACK

S1

บริเวณต่อมลูกหมากด้านนอก

≈ 5 min

นวดบริเวณฝีเย็บของเขา — บริเวณระหว่างถุงอัณฑะและทวารหนัก — โดยใช้แผ่นนิ้วเรียบๆ หล่อลื่น และนวดเบาๆ แม้กระทั่งแรงกด ห้ามเข้า.
ถาม: "More pressure or the same?"

BLACK

S2

นิ้วเดียวใช้ชัดเจน

≈ 5 min

การสัมผัสทางทวารหนักสามารถทำได้ก็ต่อเมื่อคูรักต้องการอย่างชัดเจน ใช้นิ้วเดียว หยอดสารหล่อลื่นเยอะๆ เล็บสั้น และเดินแบบสบายๆ

BLACK

S3

แสงแห่งจินตนาการของเธอ

≈ 6 min

ขอให้เธอบรรยายถึงจินตนาการอันอ่อนโยน ทำเฉพาะส่วนที่ปลอดภัยและง่ายที่สุดเท่านั้น หากทั้งคู่ต้องการ

BLACK

S4

แสงแห่งจินตนาการของเขา

≈ 6 min

ขอให้เขาอธิบายจินตนาการเล็กน้อย ทำเฉพาะส่วนที่ทั้งสองต้องการจริงๆ

BLACK

S5

ขอบ

≈ 7 min

Edge: สร้างคู่ของคุณให้ถึงจุดสุดยอด สงบสติอารมณ์ จิบเป็นเวลา 30 วินาทีแล้วเริ่มใหม่อีกครั้งสูงสุดสามรอบ

BLACK

S6

เธอควบคุมของเล่น

≈ 6 min

ให้เธอควบคุมเครื่องเล่นด้วยตัวเองภายนอก ร่างกายของเธอ เข้า ไกล จิบคอและหน้าอกของเธอ แล้วอุ้มเธอไว้ในขณะที่เธอพบสิ่งที่กระทบ

BLACK

S7

เขาควบคุมของเล่น

≈ 6 min

ให้เขาควบคุมเครื่องเล่นไปที่โคนขององคชาติ และฝีเย็บ ในขณะที่เขาก็จิบท้องและต้นขาของเขา และปล่อยให้เขาแสดงให้เห็นว่ามีมือของคุณควรอยู่ในตำแหน่งใด

BLACK

S8

วิด้นหลังพร้อมหมอน

≈ 7 min

รูปแบบที่ปลอดภัยและสงบจากด้านหลังซึ่งเป็นจุดที่เธอพักผ่อนอย่างสมบูรณ์

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

BLACK

S9

ในทางกลับกัน เธออยู่ด้านบน

≈ 7 min

เธออยู่ด้านบน หันหน้าหนีจากเขา เธอควบคุมทุกสิ่ง เขามองเห็นและสนับสนุน

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



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK

BLACK

S10

แก้ไอ

≈ 6 min

นั่งบนเก้าอี้ที่แข็งแรง — หนาแน่น เรียบง่าย และแตกต่าง

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

BLACK

S11

อยู่หน้ากระจก

≈ 6 min

ตำแหน่งที่คุ้นเคย - หน้ากระจก เพื่อให้คุณมองเห็นกัน ในมุมมองใหม่

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

BLACK

S12

จากด้านหลังคุกเข่า

≈ 7 min

การย่อเข่าแบบคลาสสิก — ลึกและเข้มข้นยิ่งขึ้น โดยมีเธออยู่บนพวงมาลัย

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

BLACK

S13

ขาถึงไหล่

≈ 7 min

มิชชันนารีโดยให้ขาข้างหนึ่งพาดไหล่ — มุมมองใหม่และลึกยิ่งขึ้น

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

BLACK

S14

แสดงวิธีการให้ฉันดู

≈ 6 min

แสดงให้คู่ของคุณเห็นว่าคุณสัมผัสตัวเองอย่างไร เมื่อคุณ're alone — real, not pretend. The partner watches from the edge of the bed without touching, noting pressure, pace and location. Afterwards, the partner'มือของคุณเข้ามาและทำซ้ำสิ่งที่เห็น สลับบทบาทอีกครั้งถ้าทั้งคู่ต้องการ

BLACK

S15

ปรบมือเบา ๆ

≈ 6 min

ก่อนอื่นให้ถามอีกฝ่ายว่าอยากลองตบเบาๆ หรือไม่ อุ่นเบาด้วยการออกแรงกดเบาๆ และนวดเบาๆ จากนั้นตบเบาๆ ด้วยมือแบนและผ่อนคลาย เฉพาะบริเวณที่เป็นเนื้อด้านล่างเท่านั้น ห้ามใช้หลังส่วนล่างหรือก้นกบ แปร่งให้ทั่วผิวระหว่างกัน พันธมิตรควบคุมด้วย "more", "easier" หรือ "done"

BLACK

S16

ออกจากห้องนอน

≈ 6 min

ย้ายตอนเย็นออกจากห้องนอนถ้าทั้งคู่ต้องการเลือกห้องอื่น โซฟาหรือผ้าห่มบนพื้นห้องนั่งเล่น แล้วเตรียมผ้าห่ม หมอน และสารหล่อลื่น เล่นหน้าและมีเพศสัมพันธ์ที่นั่นอย่างสบายๆ สภาพแวดล้อมใหม่ทำให้สัมผัสที่คุ้นเคยใหม่ ห้องนอนจะได้พักผ่อนคืนนี้

BLACK

S17

การควบคุมระยะไกล

≈ 6 min

ปล่อยให้คู่ของคุณวางเครื่องเล่นที่ควบคุมด้วยรีโมตไว้ข้างนอกตามที่คู่ครองต้องการ และนำรีโมตคอนโทรลหรือแอปไปเอง เริ่มจากพลังงานต่ำสุดจากอีกด้านหนึ่งของห้องโดยยังคงสบตาอยู่ พันธมิตรควบคุมด้วย "up", "down" และ "off" — คุณจะติดตามทันที สลับบทบาทหากทั้งคู่ต้องการ

BLACK

S18

แหวนสั้น

≈ 6 min

ใส่แหวนองคชาตแบบสั้นให้เขาเมื่อเขาพร้อม โดยให้การสั้นสะเทือนหงายขึ้น มีเพศสัมพันธ์กับเธอที่ด้านบนหรือในท่ามิชชันนารีที่แน่นเพื่อให้การสั้นสะเทือนไปถึงบริเวณอวัยวะเพศของการเคลื่อนไหวเล็กๆ แบบโยกจะรักษาการสัมผัสได้ตึกว่าแรงผลัก ถอดแหวนออกในกรณีที่คุณรู้สึกไม่สบาย และอย่างช้าที่สุดหลังจากผ่านไปยี่สิบนาที



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK

BLACK

S19

งอเหนือเฟอร์นิเจอร์

≈ 6 min

ยืนมีเพศสัมพันธ์: เธอเอนร่างกายส่วนบนไว้เหนือตุลีนชักหรือ โต๊ะที่มั่นคง โดยมีหมอนอยู่ใต้อุ้งเชิงกรานและวางเท้าไว้อย่างมั่นคง เขายืนอยู่ข้างหลังและงอเข้าจนกระทั่งความสูงถูกต้อง เริ่มแบบตื้น — เธอควบคุมด้วย "deeper", "shallower" และ "stop"

BLACK

S20

สะโพกของเขายู่นบนต้นขาของเธอ

≈ 6 min

มีเช็กส์โดยยกสะโพกขึ้น: เขาคูกเขาและนั่งบนสันเท้าของเธอ เธอนอนหงายและวางสะโพกของเธอบนต้นขาของเขา โดยให้เท้าของเธออยู่บนที่นอนมุมจะลึกขึ้นเมื่อทั้งคู่พัก — มือของเขามีอิสระที่จะจับหรือสั่นบนบริเวณคลิตอริส เริ่มต้น; เธอควบคุมด้วย "deeper", "shallow" และ "stop"

BLACK

S21

ทัวไบหน้าของคุณ

≈ 6 min

นอนหงาย โดยให้ศีรษะอยู่บนหมอนต่ำ คู่ของคุณคูกเขาลงบนไบหน้าของคุณ หันหน้าไปทางหัวเตียง โดยวางมือไว้บนหัวเตียงหรือผนัง และทิ้งน้ำหนักไว้บนเข้าของพวกเขา พวกเขาควบคุมสถานที่ ความกดดัน และก้าวโดยการยกและโยกสะโพก เห็นด้วยก่อน: การตบต้นขาสองครั้งหมายถึง "pause" และ "done" ปิดท้ายการ์ด

BLACK

S22

ผูกพันและนิสัยเสีย

≈ 6 min

ถามก่อน. ผูกข้อมือของคนรักไว้ด้านหลังลำตัวอย่างหลวมๆ ด้วยผ้าพันคอนุ่มๆ โดยให้สองนิ้วสอดไว้ข้างใต้ และคุณนอนควรปล่อยตัวเองออกอย่างง่ายดาย ไม่เคยคล่องคอ จากนั้นใช้เวลาสักครึ่งเพื่อกระตุ้นคู่ของคุณด้านล่างด้วยมือหรือปากของคุณ อย่างล่งเลที่จะมีเพศสัมพันธ์ต่อหากทั้งสองฝ่ายต้องการ

BLACK

S23

เกมกระซิบ

≈ 6 min

กระซิบใส่คู่หูของคุณ's ear one sentence about what you want to do — in your own words, close by. The partner answers "yes" or "rather..."; and then whispers his own sentence back. Continue every other time, and only do what gets 'ใช่'

BLACK

S24

ไช

≈ 6 min

มอบความสุขให้เขาด้วยไชช่วยตัวเอง: เดิมสารหล่อลื่นจำนวนมาก เลื่อนมันไปบนองคชาติของเขา และใช้การเคลื่อนไหวที่สงบและสม่ำเสมอ จูบคอและท้องของเขาในระหว่างนี้ เขาควบคุมด้วย "tighter", "looser" หรือ "same" — ปฏิบัติตามทุกประการ

BLACK

S25

ข้างเตียงพร้อมเครื่องเล่น

≈ 6 min

ร่วมเพศกับเธอบนหลังของเธอข้างเตียงแล้วให้เขายืนหรือคูกเขา เธอควบคุมเครื่องเล่นด้วยพลังงานต่ำด้วยตัวเอง ในขณะที่เขาควบคุมจังหวะให้ต่ำและหยุดที่ "stop" ทันที



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK



THE SPARK

LEVEL 6 · BLACK

WILD

GL1

ผูกไว้กับเตียง

≈ 7 min

ผูกข้อมือของคนรักเข้ากับหัวเตียงอย่างหลวมๆ ด้วยผ้าพันคอหรือข้อมือเนื้อนุ่มที่สามารถถอดออกได้ง่าย ทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน และตกลงกันเรื่องคำหยุดก่อน กระตุ้นอย่างสงบด้วยมือและปาก โดยควรใช้เครื่องเล่นหากต้องการทั้งคู่ ผู้ผูกมัดสามารถพูด "stop" ได้ตลอดเวลา แล้วคุณก็ปล่อยทุกอย่างทันที

WILD

GL2

คำสั่งที่สงบ

≈ 7 min

เห็นด้วยกับคำหยุดก่อน และทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน ส่งข้อความสั้นๆ สบายๆ ให้คู่ของคุณ: "lie down here", "don't move", "breathe calmly" ให้คู่ของคุณติดตามแต่ละข้อความในขณะที่คุณสัมผัสช้าๆ และควบคุมจังหวะ คู่หูสามารถพูด "stop" ได้ตลอดเวลา จากนั้นทุกอย่างจะหยุดทันที

WILD

GL3

เปลี่ยนพวงมาลัย

≈ 7 min

เห็นด้วยก่อนและเห็นด้วยกับคำหยุด ทำเช่นนี้หากทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจนเท่านั้น คนหนึ่งเข้าควบคุมทั้งหมดเป็นเวลาห้านาที: ออกคำสั่งสั้นๆ กำหนดจังหวะและทุกการสัมผัส และอีกคนหนึ่งเชื่อฟังคำสั่งอย่างเคร่งครัด แล้วสลับบทบาท คนที่ติดตามสามารถพูด "stop" ได้ตลอดเวลา จากนั้นทุกอย่างก็หยุดทันที

WILD

GL4

เธอยอมแพ้การควบคุม

≈ 7 min

ปล่อยให้เธอสละการควบคุมอย่างสมบูรณ์ ทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน และตกลงกันเรื่องคำหยุดก่อน คุณเป็นผู้กำหนดจังหวะและสัมผัสกับคลิตอริสและส่วนอื่นๆ ของร่างกาย เก็บเธอไว้บนขอบเป็นเวลานานก่อนที่จะ คุณจะปล่อยมือ เธอเลือกเฉพาะเครื่องมือ: มือ ปาก หรือเครื่องเล่น เธอสามารถพูด "stop" ได้ตลอดเวลา จากนั้นทุกอย่างก็หยุดทันที

WILD

GL5

มืออยู่เหนือศีรษะ

≈ 7 min

ขอให้คู่ของคุณวางข้อมือไว้เหนือศีรษะแล้วอนึ่งๆ ทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน และตกลงกันเรื่องคำหยุดก่อน จับพวกมันไว้อย่างใจเย็นด้วยมือข้างหนึ่งแล้วใช้มืออีกข้างและปากจับเขา เขาสามารถพูด "stop" ได้ตลอดเวลา และคุณจะได้รับการปล่อยตัวทันที

WILD

GL6

ถูกมัดและตาบอด

≈ 7 min

ยึดข้อมือของคนรักให้หลวมๆ ด้วยผ้าพันคอหรือผ้าพันแขนเนื้อนุ่มแล้วปิดตา ทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน และตกลงกันเรื่องคำหยุดก่อน สัมผัสช้าๆ และด้วยมือและปากอย่างไม่อาจคาดเดาได้ ผู้ผูกมัดสามารถพูด "stop" ได้ตลอดเวลา แล้วคุณก็ปล่อยทุกอย่างทันที

WILD

GL7

พันธมิตรควบคุมทุกอย่าง

≈ 7 min

ให้คู่ของคุณจัดการทุกอย่าง ทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน และตกลงกันเรื่องคำหยุดก่อน คู่หูส่งข้อความสั้น ๆ เกี่ยวกับจังหวะและการสัมผัส และคุณทำตาม โดยไม่ต้องเข้าควบคุม หากคุณต้องการมีเพศสัมพันธ์ คู่ของคุณจะควบคุมความลึกและความเร็วด้วยตัวเอง คู่หูสามารถพูด "stop" ได้ตลอดเวลา จากนั้นทุกอย่างจะหยุดทันที

WILD

GL8

ปรบมือที่สร้าง

≈ 7 min

เห็นด้วยกับคำพูดหยุดก่อนที่คุณจะเริ่ม และทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อคุณทั้งคู่ต้องการอย่างชัดเจนเท่านั้น ตบกันเบาๆ ด้วยมือแบนๆ ที่ประกบ ตบทีละครั้ง โดยตบที่ก้นหรือต้นขาเสมอ เริ่มต้นเบาๆ จนแทบจะจิกจี้ และเพิ่มความเข้มข้นเมื่อคู่ของคุณพูดว่า "more" หยุดทุกอย่างทันทีที่ "stop"

WILD

GL9

เส้นผมโดยรวม

≈ 7 min

เห็นด้วยกับคำหยุดก่อน และทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน รวบผมที่ด้านหลังของศีรษะ โกลักับหนังศีรษะ แล้วปิดมืออย่างสงบ ดึงให้สม่ำเสมอและมั่นคง ไม่กระตุกและไม่ติดคอ กัดค้างไว้สักครู่ ปล่อยเบาๆ แล้วดึง "more" อีกครั้ง - หยุดที่ "stop" ทันที



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD

WILD

GL10

กีดเบาๆ

≈ 7 min

เห็นด้วยกับคำหยุดก่อน และทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน วางพื้นของคุณเบาๆ บนไหล่หรือต้นขาของคนรัก โดยออกแรงกีดเบาๆ และอย่าให้โดนคอหรือใบหน้า สลับระหว่างกีดเบาๆ และจูบจุดเดียวกัน กีดแรงขึ้นอีกนิดเฉพาะใน "more" แล้วปล่อยทันทีที่ "stop"

WILD

GL11

หยิกแน่น

≈ 7 min

เห็นด้วยกับคำหยุดก่อน และทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน บีบหน้าอกหรือต้นขาด้านในของคู่ของคุณเบาๆ และแน่นหนา กดค้างไว้สักครู่แล้วปล่อยเบาๆ เริ่มโดยแทบไม่สังเกตเห็น เพิ่มแรงกดต้นเฉพาะที่ "more" ไป "calmer" เมื่อคู่ร้องขอ และหยุดที่ "stop" ทันที

WILD

GL12

เธอวิ่งผ่านจุดสูงสุด

≈ 7 min

ปล่อยให้เธอถือของเล่นคลีนกระแทกด้วยตัวเอง และผ่านจุดสุดยอดครั้งแรกต่อไป นอนแนบชิดจูบเธอ และอุ้มเธอไว้ในขณะที่เธอควบคุมทุกอย่าง เธอไปต่อตราบเท่าที่เธอต้องการเท่านั้น และปล่อย "stop" ทันที เห็นด้วยกับเกมก่อน และเฉพาะในกรณีที่ทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจนเท่านั้น

WILD

GL13

การกระตุ้นสองเท่า

≈ 7 min

ค่อยๆ ใส่ildoได้แบบสั้นเข้าไปในตัวเธอด้วยสารหล่อลื่นจำนวนมาก โดยถือของเล่นคลีนกระแทกไว้กับคลิตอริสของเธอในเวลาเดียวกัน เธอควบคุมกองกำลังทั้งสองด้วย "more", "less" หรือ "stop" ทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน และตกลงกันเรื่องคำหยุดก่อน

WILD

GL14

แหวนอวัยวะเพศชายและเครื่องเล่น

≈ 7 min

สวมแหวนองคชาตเมื่อคู่ของคุณพร้อม และใช้เครื่องเล่นที่มีสารหล่อลื่นเล็กน้อยไปตามแกนและโคนขององคชาตในเวลาเดียวกัน คู่หูควบคุมการสั่นสะเทือนด้วย "up", "down" หรือ "stop" ถอดแหวนออกทันทีในกรณีที่รู้สึกเจ็บหรือชา ทำเช่นนี้หากทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจนเท่านั้น

WILD

GL15

แหวนอวัยวะเพศชายในระหว่างการมีเพศสัมพันธ์

≈ 7 min

ร่วมเพศโดยสวมแหวนองคชาตไว้ และถือเครื่องเล่นไว้กับคลิตอริสในเวลาเดียวกันด้วยการเคลื่อนไหวที่สงบและโยกเยก เธอควบคุมการสั่นสะเทือนด้วย "more", "less" หรือ "stop" ถอดแหวนออกทันทีหากคุณรู้สึกไม่สบาย และอย่าสวมนานเกินไป ทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน และตกลงกันเรื่องคำหยุดก่อน

WILD

GL16

ของเล่นสองชิ้นอยู่บนตัวเขา

≈ 7 min

ย้ายเครื่องเล่นไปที่ศีรษะของอวัยวะเพศชายและแทงนิ้วไปที่โคนของอวัยวะเพศชายพร้อมๆ กัน โดยใช้สารหล่อลื่นเล็กน้อย คู่หูควบคุมความแข็งแรงทั้งสองด้วย "more", "less" หรือ "stop" เริ่มต้นต่ำและเพิ่มเป็น "more" เท่านั้น ทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน และตกลงกันเรื่องคำหยุดก่อน

WILD

GL17

นิ้วเดียวจับมือเธอ

≈ 7 min

ตกลงก่อนและทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน ใช้สารหล่อลื่นปริมาณมาก เล็บสั้น และค่อยๆ สอดนิ้วหนึ่งนิ้วไปที่ข้อต่อแรกจับนิ้วของคุณไว้ครู่หนึ่งในขณะที่เธอคุ้นเคยกับมัน และค่อยๆ ใช้มืออีกข้างลูบคลิตของเธอ การเคลื่อนไหวเล็กๆ เฉพาะบน "more" ดึงออกอย่างใจเย็นบน "stop"

WILD

GL18

นิ้วเดียวปากบนเธอ

≈ 7 min

เห็นด้วยกับคำหยุดและทำเช่นนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน เตรียมสารหล่อลื่นและเล็บสั้น ให้พร้อม ค่อยๆ สอดนิ้วหนึ่งนิ้วเข้าไปที่ด้านล่างของข้อต่อแรกแล้วกดที่หนึ่งสนิท วางปากของคุณเบาๆ กับคลิตอริสในเวลาเดียวกัน ขยับนิ้วของคุณเล็กน้อยเฉพาะเมื่อเธอพูดว่า "more" ตามลมหายใจของคุณแล้วดึง "stop" ออกมาอย่างใจเย็น



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD

WILD

GL19

เธอควบคุมนิ้วของเธอ

≈ 7 min

ปล่อยให้เธอก้าวไปข้างหน้าและทำเช่นนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจนเท่านั้น ใช้สารหล่อลื่นและเล็บสั้นจำนวนมาก และสอดนิ้วหนึ่งนิ้วเข้าไปในตูดของเธออย่างใจเย็น เฉพาะส่วนแรกเท่านั้นที่เธอพูดว่า "clearly yes" เจียบไปเลยจนกว่าเธอจะถาม "more" วางมืออีกข้างไว้บนคลิตอริสอย่างใจเย็น ตามลมหายใจของเธอ แล้วดึงออกมาที่ "stop"

WILD

GL20

นิ้วเดียวและมือบนองคชาต

≈ 7 min

ตกลงก่อนและทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน ใช้สารหล่อลื่นปริมาณมาก เล็บสั้น และค่อยๆ สอดนิ้วหนึ่งนิ้วไปที่ข้อต่อแรก กัดนิ้วของคุณค้างไว้ครู่หนึ่งในขณะที่คู่ของคุณคุ้นเคยกับมัน ค่อยๆ พันรอบอวัยวะเพศชายด้วยมืออีกข้างหนึ่งในเวลาเดียวกัน การเคลื่อนไหวเล็กๆ เฉพาะบน "more" ดึงออกอย่างใจเย็นบน "stop"

WILD

GL21

นิ้วเดียวปากเขา

≈ 7 min

เห็นด้วยกับคำหยุดและทำเช่นนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน เตรียมสารหล่อลื่นและเล็บสั้นให้พร้อม ค่อยๆ ใช้นิ้วหนึ่งนิ้วเข้าไปที่ข้อต่อแรกแล้วจับให้นิ่งสนิท ใช้ปากของคุณอย่างใจเย็นกับเขาในเวลาเดียวกัน เพียงขยับนิ้วของคุณเล็กน้อยเมื่อเขาพูดว่า "more" ตามลมหายใจของคุณ และดึง "stop" ออกมาอย่างใจเย็น

WILD

GL22

มุมมองด้านหลังมีเส้นผม

≈ 7 min

เห็นด้วยกับคำหยุดก่อน และทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน รวมเพศจากด้านหลัง รวบผมของคุณใกล้กับหนังศีรษะ แล้วดึงอย่างนุ่มนวลและสงบ อย่าคล้องคอ หรือกระตุก วางมืออีกข้างไปข้างหน้าในตำแหน่งที่คุณต้องการ และเริ่มต้นอย่างสบายๆ ดึงให้หนักขึ้นหรือไปเร็วขึ้นเฉพาะที่ "more" และปล่อยให้ "stop"

WILD

GL23

ข้อมือที่ถูกยับยั้ง

≈ 7 min

เห็นด้วยกับคำหยุดก่อน และทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน มีเชือกส์แบบเห็นหน้ากันและจับข้อมือของคุณไว้กับพื้นนอนเหนือศีรษะอย่างแน่นหนา — ให้มั่นคงและมั่นคง แต่หลุดออกจากกันได้ง่าย เริ่มต้นอย่างใจเย็นและเพิ่มเป็น "more" ปล่อยให้ "stop"

WILD

GL24

มุมกว้าง คุณเป็นผู้ควบคุม

≈ 8 min

มีเพศสัมพันธ์ในมุมลึกซึ่งคุณสามารถควบคุมความรู้สึกได้ ในขณะที่คูครองมีคำพูดหยุด ทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน และตกลงกันเรื่องคำหยุดก่อน

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

WILD

GL25

ไม้นวดกับคลิตอริส

≈ 7 min

เห็นด้วยกับคำหยุดก่อน และทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน คูหุเลือกตำแหน่ง: ด้านบนหรือบนซ่อน มีเพศสัมพันธ์ในขณะที่คูนอนถือไม้นวดไว้ที่บริเวณคลิตอริส มั่นคงและเดินตามคู่ของคุณเพื่อให้ไม้เท้าได้พัก เพียงเพิ่มเป็น "more" และหยุดทุกอย่างทันทีที่ "stop"



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD



THE SPARK

LEVEL 7 · WILD

Conversation, pause and adjustment

Talk while you play. The receiver can always ask for more, less, slower, a different angle, a pause or a complete stop. You do not need a safeword.

The person giving should listen and adjust without making it a problem. If anything feels uncertain, pause, hold each other and find out what feels right next.

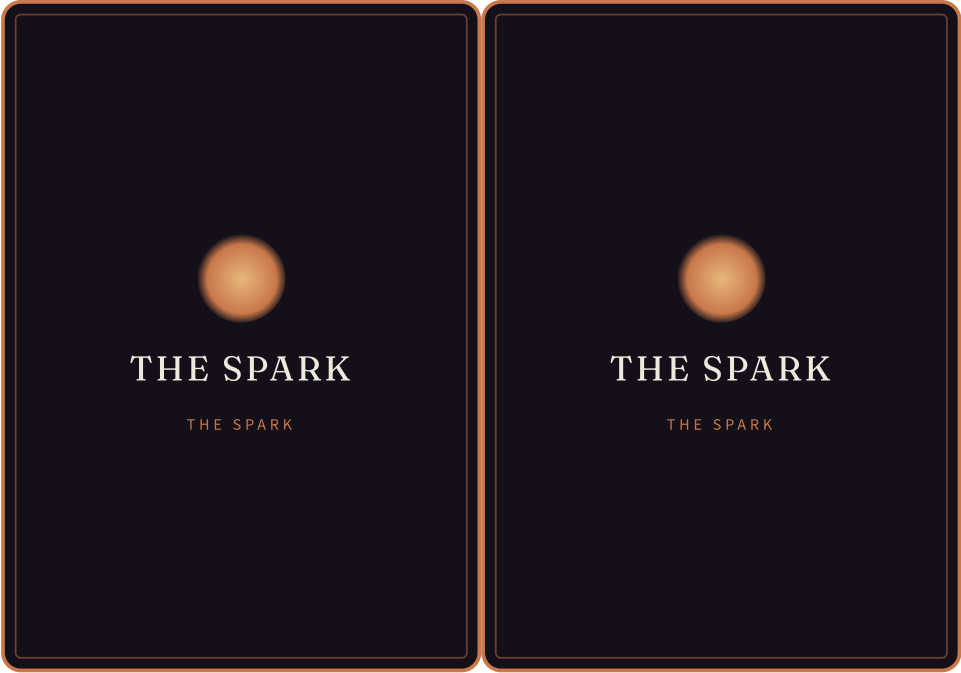
Afterwards

Spend a few minutes holding each other. You might say:

one thing you liked

one thing that felt good

one thing you would like to do again



The position library

Full guidance for every position card. The card itself has the short version — here you will find setup, angle, pace, hands, check-in and adjustment for each card.

R7 ผู้หญิงได้อย่างสบายใจ · ≈ 6 min

A receiving position where she lies comfortably and everything reaches.

การเตรียมตัว: She lies on her back with a pillow under her head and preferably one under her knees or hip. คุณนอนหรือนั่งข้างๆ

มุม: The pillow under her knees releases the tension in her stomach and hips, so she can receive without holding anything herself.

จังหวะ: Begin with gentle kisses and hands on stomach and thighs. ไปหาความสุขโดยตรงเฉพาะตอนที่เธอร้อนเท่านั้น

มือ: ใช้มือ ปาก หรือเครื่องเล่นอย่างใจเย็น น้ำมันหล่อลื่นเพื่อการกระตุ้นมือโดยตรง

เช็กอิน: Ask once: "More, less or the same?" Follow the answer without changing everything.

การปรับ: หากเธอรู้สึกตึงเครียดให้กลับไปสัมผัสที่สงบ Adjust the cushion until the angle feels like it is resting.

R11 จนถึงหน้าอก · ≈ 5 min

ผู้รับวางพิงหน้าอกของคุณ — ขีดด้านหลัง โดยเอามือไว้ข้างหน้า

การเตรียมตัว: นั่งพิงหัวเตียงโดยมีหมอนหนุนไว้ด้านหลัง ผู้รับจะอยู่ระหว่างขาของคุณและโน้มตัวแนบกับหน้าอก

มุม: เครื่องรับจะวางน้ำหนักทั้งหมดไว้กับคุณและสามารถลดระดับลงได้อย่างสมบูรณ์ คุณไปถึงคอ หน้าอก ท้อง และต้นขาจากด้านหน้า

จังหวะ: เริ่มต้นด้วยการจูบที่คอและมือที่สงบบนท้องและหน้าอก ปล่อยให้มันสร้างซ้ำๆ

มือ: มือของคุณทำงานจากด้านหน้าตรงที่ผู้รับต้องการ น้ำมันหล่อลื่นโดยการสัมผัสโดยตรง

เช็กอิน: ผู้รับวางมือไว้เหนือคุณแล้วย้ายไปยังจุดที่ดีที่สุด

การปรับ: ถ้าหลังของคุณเมื่อยล้า ให้วางหมอนเพิ่มไว้ด้านหลัง ตัวรับสัญญาณสามารถเอียงสะโพกไปข้างหน้าเล็กน้อยเพื่อให้ได้มุมที่ดีขึ้น

R12 จับมือกันนอนตะแคง · ≈ 5 min

นอนเคียงข้างกันโดยเผชิญหน้ากัน ในจุดที่คุณให้ในเวลาเดียวกัน — ด้วยจังหวะที่สงบเท่าๆ กัน

การเตรียมตัว: นอนตะแคงหันหน้าเข้าหากัน โกลัฟที่จะจูบได้ พวกคุณแต่ละคนมีมือข้างหนึ่งว่าง

มุม: การให้ในเวลาเดียวกันหมายความว่าไม่มีใครเพียงรอถึงคราวของตน สะท้อนฝ่าเท้าของกันและกันแทนที่จะแข่งขันกัน

จังหวะ: ยอมให้สงบไว้ หากคุณชะลอตัว คู่ของคุณก็จะปฏิบัติตาม

มือ: ใช้มือข้างที่ว่างกับสารหล่อลื่น แขนอีกข้างสามารถพักไว้ได้คอของคุณนอนได้

เช็กอิน: กระซิบ: "Same beat?" รอยยิ้มก็เป็นคำตอบเช่นกัน

การปรับ: หากคุณเสียจังหวะให้หยุดและจูบเพียงเล็กน้อย คนหนึ่งสามารถให้ได้เสมอในขณะที่อีกคนหนึ่งพัก

L1 มีชันทันนารีกับหมอน · ≈ 7 min

มีชันทันนารีแบบเงียบๆ ที่มุ่มหนึ่งเหมาะกั้บเธอ

การเตรียมตัว: มีเพศสัมพันธ์แบบมีชันทันนารี: เธอนอนหงาย โดยมีหมอนที่มันคงอยู่ใต้หลังส่วนล่างหรือสะโพก จากนั้นเขาวางน้ำหนักไว้บนแขนของเขา

มูม: หมอนเอียงเชิงกรานของเธอขึ้นเล็กน้อย เขาอนอนอยู่สูง ดังนั้นร่างกายของเขาจึงวางตัวแนบกับบริเวณคลิตอริสแทนที่จะขยับเข้าและออกตรงๆ

จังหวะ: การเคลื่อนไหวที่สงบและโยกเยกด้วยการสัมผัสที่สม่ำเสมอ จังหวะมีความสำคัญมากกว่าความลึกและความเร็ว

มือ: เธอสามารถวางมือบนหลังส่วนล่างของเขาและแสดงจังหวะที่เธอต้องการ เครื่องสั่นระหว่างคุณเป็นทางเลือก

เช็กอิน: เขาถาม: "More pressure or the same?" ทำตามคำตอบโดยไม่ต้องเปลี่ยนทุกอย่างในคราวเดียว

การปรับ: อย่าตีมูม ขยับหมอนขึ้นหรือลงเล็กน้อย หรือวางขาของเธอไว้รอบสะโพกของเขา

L2 เธออยู่ด้านบน · ≈ 7 min

เธออยู่ด้านบนสุดและตัดสินใจทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็นการเคลื่อนไหว ความลึก และจังหวะ

การเตรียมตัว: มีเช็กสั้กับเธอโดยนอนหงายและเธอกั้้นทับเขาโดยให้เข้าทั้งสองข้างสะโพกของเขา

มูม: ตรงไปตรงมาเธอจัดการทุกอย่างด้วยตัวเอง เธอสามารถสลับระหว่างการนั่งตัวตรงและเอนไปข้างหน้าได้ ขึ้นอยู่กับว่าอะไรเหมาะกั้บเธอที่สุด

จังหวะ: เธอกำหนดจังหวะ — เขาติดตามการเคลื่อนไหวของเธอแทนที่จะเข้าควบคุม การเคลื่อนไหวแบบโยกเยกๆ น้อยๆ มักได้ผลดีที่สุด

มือ: มือของเธอพุงสะโพกหรือลูบต้นขาและหน้าอก เธอสามารถวางมือของเธอเองหรือเครื่องสั่นในตำแหน่งที่เธอต้องการ

เช็กอิน: เขาถามครั้งเดียว: "Like that?" เธอตอบด้วย "the same", "more" หรือ "quieter"

การปรับ: หากเข้าของเธอเมื่อยล้า ให้วางหมอนไว้ข้างใต้ หรือนอนตะแคงข้างคุณอย่างใจเย็นโดยไม่ปล่อยมือจากกัน

L3 ซ้อนด้วยมือข้างหน้า · ≈ 7 min

รถเทียมข้างรถจักรยานยนต์ที่ออกแบบมาให้ใช้งานไ้ยาวนาน — ความใกล้ชิดที่ด้านหลัง ความสุขที่ด้านหน้า

การเตรียมตัว: มีเช็กสั้โดยใช้ซ้อน: นอนตะแคง โดยมีเขาอยู่ข้างหลังเธอ โดยมีหมอนหนุนไว้ใต้ศีรษะทั้งคู่ เธอวางขาส่วนบนไปข้างหน้าเล็กน้อยบนหมอนอีกใบ

มูม: หมอนใต้ขาเปิดมูมได้โดยที่เธอไม่ต้องจับอะไรเอง เริ่มต้นและสงบ

จังหวะ: การเคลื่อนไหวเล็กๆ และเงียบๆ ทำนี้เป็นเรื่องเกี่ยวกับความอดทนและความสงบ ไม่ใช่ความเร็ว

มือ: มือของเธอวางอยู่ข้างหน้า บนท้อง หน้าอก หรือบริเวณอวัยวะเพศหญิง หรือถือเครื่องสั่นทุกที่ที่เธอต้องการ

เช็กอิน: เขาถามเบาๆ "Right place?" เธอวางมือของเขาไว้ และขยับมือถ้ามีอะไรดีขึ้น

การปรับ: กลับแขนของเขาแล้ววางไว้ใต้หมอนของเธอ หากเธอต้องการการกระตุ้น โดยตรงมากขึ้น เขาปล่อยให้เธอจับมือหรือเครื่องสั่นด้วยตัวเอง

L4 ผู้หญิงมีสมาธิระหว่างมีเพศสัมพันธ์ · ≈ 7 min

เธอเลือกตำแหน่งสำหรับการมีเพศสัมพันธ์ไม่ว่าจะใช้ซ้อน อยู่บนตักหรือบนตัก เพื่อให้ด้านหน้าของเธอเป็นอิสระสำหรับการใช้มือหรือเครื่องสั่น

การเตรียมตัว: เธอเลือกกระหว่างซ้อน เธออยู่บนตักหรือนั่งบนตักของเขา ประเด็นก็คือมือข้างหนึ่งเอื้อมไปข้างหน้า

มูม: การมีเพศสัมพันธ์เพียงอย่างเดียวทำให้ผู้หญิงจำนวนมากได้รับการกระตุ้นโดยตรงน้อยเกินไป แนวหน้าอิสระหมายความว่าเธอได้รับทั้งสองอย่างในเวลาเดียวกัน

จังหวะ: รักษาการมีเพศสัมพันธ์ให้สงบและมั่นคง เพื่อให้มือที่อยู่ข้างหน้าสามารถรักษาจังหวะของตัวเองให้คงที่ไ้ได้

มือ: มือของเธอหรือเธอ — หรือเครื่องสั่นกำลังต่ำ — ทำงานอย่างต่อเนื่องที่ด้านหน้า อย่าเปลี่ยนเทคนิคบ่อยเกินไป

เช็กอิน: เขาถามว่า "Right place?" เธอขยับมือถ้ามีอะไรสามารถปรับปรุงไ้ได้

การปรับ: หากจังหวะขัดข้อง ให้การมีเพศสัมพันธ์ยืนนิ่งสักพักหนึ่งขณะที่มือยังดำเนินต่อไป

L5 หันหน้าเข้าหากันนอนตะแคง · ≈ 7 min

แบร์ริงด้านข้างหันเข้าหากัน — เจียบ ปิด และปรับได้ง่าย

การเตรียมตัว: มีเพศสัมพันธ์ในท่าตะแคงหันหน้าเข้าหากัน เธอวางขาบนไว้เหนือสะโพกของเขา โดยควรมีหมอนไว้ใต้เขา เริ่มต้น.

มุม: ขาเหนือสะโพกเปิดมุมได้โดยไม่ต้องใช้แรงและจูบและพูดคุยแบบเห็นหน้ากันตลอดทาง

จังหวะ: การเคลื่อนไหวเล็กๆ และเจียบๆ ตำแหน่งนี้สร้างมาเพื่อความยั่งยืน ไม่ใช่เพื่อความรวดเร็ว

มือ: ทั้งสองมีมือข้างเดียวที่ว่าง: จับไว้ ลูบหลัง หรือปล่อยให้มือเลื่อนลงไปที่เธอ

เช็กอิน: กระซิบ: "Good like that?" เธอตอบกลับด้วยคำพูดหรือดึงดูดคุณเข้ามาใกล้

การปรับ: หลังแขนของเขาแล้ววางไว้ได้หมอนของเธอ หากเธอต้องการมากกว่านี้ ให้คุณกึ่งอย่างสงบจนกว่าเธอจะอยู่ด้านบน

L6 ข้างเตียงเพื่อเธอ · ≈ 7 min

เธออยู่ที่ขอบเตียง เขายืนอยู่ และด้านหลังของเธอก็เป็นอิสระโดยสิ้นเชิง

การเตรียมตัว: เธอนอนหงายโดยให้สะโพกอยู่ที่ขอบเตียงและมีหมอนอยู่ข้างใต้ เขายืนอยู่บนพื้นถัดจากขอบ รวมเพศโดยที่เธอควบคุมความลึกด้วยขาของเธอ

มุม: เมื่อยืน เขามีมือที่ว่างและเธอก็พักโดยสมบูรณ์ และทั้งด้านหลังของเธอก็เป็นอิสระสำหรับมือหรือเครื่องเล่น

จังหวะ: สงบและมั่นคง การยืนให้พลังมากกว่าที่เขาคิด — เธอเป็นผู้กำหนดขีดจำกัด

มือ: มือของเขา: สะโพก ท้อง หน้าอก หรือเครื่องเล่นพลังงานต่ำ ในตำแหน่งที่เธอต้องการ

เช็กอิน: เขาถาม: "Good height?" เธอตอบสั้นๆ แล้วคุณก็ปรับตัวโดยใช้หมอน

การปรับ: ถ้ามันรุนแรงเกินไปเขาจะคุกเข่าลงแล้วใช้ปากและมือแทน

L7 กระตุกรวมตัวกัน · ≈ 7 min

ท่ามิชชันนารีโดยให้ขาชิดกัน — สัมผัสได้มากขึ้นแต่เคลื่อนไหวน้อยลง

การเตรียมตัว: มีเพศสัมพันธ์แบบมิชชันนารีโดยให้ขาของเธอชิดกัน โดยควรมีหมอนไว้ใต้สะโพกของเธอ เขานอนคว่ำเธออยู่ด้านบนของเธอ

มุม: ขาที่ต่อกันช่วยให้สัมผัสได้นุ่มนวลขึ้นและแรงกดมากขึ้น ในตำแหน่งที่เหมาะสม โดยไม่มีใครต้องทำงานหนักขึ้น

จังหวะ: การเคลื่อนไหวที่ช้าและโยกเยก ความกดดันและความใกล้ชิดทำหน้าที่ ไม่ใช่ความเร็ว

มือ: เขาวางบนแขนของเขาและสามารถจูบเธอได้ตลอดเวลา เธอสามารถกระซิบและคลายตัวได้ตามจังหวะของเธอเอง

เช็กอิน: เขาถาม: "More pressure or the same?"

การปรับ: หากรู้สึกแน่นเกินไป ให้วางหมอนให้สูงขึ้นใต้สะโพกหรือปล่อยให้เธอเปิดขาเล็กน้อย

L8 เธอวางหมอนไว้บนท้อง · ≈ 7 min

เธอนอนราบไปกับหมอนเดี่ยว ซึ่งเป็นรูปแบบที่ผ่อนคลายที่สุดที่มีอยู่

การเตรียมตัว: เธอนอนราบกับท้องโดยมีหมอนต่ำอยู่ใต้สะโพกและมีแขนอยู่ใต้ศีรษะ เขานอนลงบนตัวเธออย่างสงบ โดยวางน้ำหนักลงบนแขนของเขาเอง และคุณก็มีเพศสัมพันธ์อย่างตื่นเต้นและสงบ

มุม: เธอไม่จำเป็นต้องถืออะไร แม้จะแบนราบไปทั่วทั้งตัวก็พักผ่อนในขณะที่มูมยังกระตือรือร้นอยู่

จังหวะ: โยกเยกอย่างสงบไม่มีการสั่นสะเทือน ปล่อยให้น้ำหนักและความใกล้ชิดทำหน้าที่แทน

มือ: เขาจูบคอและไหล่ของเธอ ใช้มือข้างหนึ่งเลื่อนใต้หมอนไปทางบริเวณอวัยวะเพศหญิง

เช็กอิน: เขาถามข้างหูเธอเบาๆ: "Good like that?"

การปรับ: หากรู้สึกว่ารัดเกินไป ให้ถอดหมอนออกทั้งหมด หมอนที่เรียกว่าจะเจียบกว่า หากเธอต้องการมากกว่านี้ ให้คุกเข่าลงพร้อมกับหมอนที่ใหญ่กว่า

L9 นั่งด้วยการสนับสนุน · ≈ 7 min

เขานั่งพิงหน้าจั่ว เอนนั่งบนตักของเขา โดยหันหลังให้เขา มือของเขาว่างอยู่ข้างหน้า

การเตรียมตัว: เขานั่งเอนกายลงครึ่งหนึ่ง โดยมีหมอนหนุนอยู่ด้านหลัง เอนนั่งบนตักของเขา โดยให้หลังแนบกับอกของเขา และกำกับการมีเพศสัมพันธ์โดยให้เท้าของเธออยู่บนที่นอน

มุมมอง: เธอพิงเขาและตัดสินใจด้วยตัวเอง — และมือทั้งสองข้างของเขาเอื้อมไปรอบๆ เธอที่อยู่ข้างหน้าอย่างอิสระ
จังหวะ: การเคลื่อนไหวที่โยกเล็กน้อย เธอโน้มตัวเข้ามาใกล้มากขึ้นเล็กน้อย และลุกขึ้นอีกเล็กน้อยเพื่อมากขึ้น

มือ: มือของเขาอยู่ข้างหน้า: หน้าอก ท้อง และบริเวณอวัยวะเพศ — หรือเขาถือเครื่องเล่นในขณะที่เธอควบคุมแรงกด

เช็กอิน: เขาระบิดข้างหูเธอ: "Like that?"

การปรับ: หากเขาของเขาล้ม ให้ขยับไปที่ขอบเตียง เธอสามารถหันหลังกลับได้ตลอดเวลาเพื่อใกล้ชิดแบบเห็นหน้ากัน

L10 โยกเยกอย่างสงบ · ≈ 7 min

มีขงชั้นนารูปแบบอื่นที่เขานอนอยู่สูงและโยกตัวแทนที่จะผลัก

การเตรียมตัว: มีเพศสัมพันธ์กับมีขงชั้นนารี แต่เขาเลื่อนสูงขึ้นกว่าปกติสองสามนิ้ว สะโพกของเขาจึงพิงกับเธอ

มุมมอง: ตำแหน่งที่สูงหมายความว่าร่างกายของเขาว่างตัวกับบริเวณอวัยวะเพศต่างๆ กันตลอดการเคลื่อนไหว — สัมผัสกันตลอดเวลา ไม่ใช่แค่ระหว่างนั้น

จังหวะ: สวิงด้วยกันแทนที่จะชนกัน - เคลื่อนไหวเล็กน้อยในจังหวะปกติ ซ้ำกว่าที่ให้ความรู้สึกเป็นธรรมชาติ

มือ: เขาว่างอยู่บนแขนของเขา เธอวางมือบนหลังส่วนล่างของเขาและแสดงจังหวะ

เช็กอิน: เขาถาม: "Right pressure?" เธอปรับเขาด้วยมือของเธอ

การปรับ: หากคุณขาดการติดต่อ ให้หยุดโดยสิ้นเชิงสักสองสามวินาทีโดยสัมผัสเต็มที่แล้วเริ่มต้นใหม่อีกครั้งจากจุดนั้น

L11 การรวมกันของเธอ · ≈ 7 min

เธอรวบรวมตอนเย็น: ตำแหน่ง การเพิ่มเติม และข้อสรุป

การเตรียมตัว: เธอเลือกตำแหน่ง — จากไฟหรืออย่างอิสระ เขาเตรียมสิ่งที่เธอเข้าไป: หมอน น้ำมันหล่อลื่น ของเล่น

มุมมอง: ใครรู้ดีที่สุดว่าอะไรโดนก็ตัดสินใจ หน้าของเธอคือทำตามแผนของเธอ ไม่ใช่ปรับปรุง

จังหวะ: ของเธอตลอดทาง เธอพูดเมื่อจำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงบางสิ่ง

มือ: ที่เธอวางไว้ เธอสามารถขยับมือไปตามทางได้โดยไม่ต้องอธิบาย

เช็กอิน: เขาถามแค่ว่ามีบางอย่างไม่ชัดเจน: "Like that?"

การปรับ: หากเธอเปลี่ยนใจกลางคัน นั่นก็เป็นส่วนหนึ่งของแผน ตำแหน่งใหม่ สมาชิกใหม่ — เขาติดตาม

S8 วิวด้านหลังพร้อมหมอน · ≈ 7 min

รูปแบบที่ปลอดภัยและสงบจากด้านหลังซึ่งเป็นจุดที่เธอพักผ่อนอย่างสมบูรณ์

การเตรียมตัว: เอนนอนคว่ำหน้า โดยมีหมอนหนุนใหญ่อยู่ใต้สะโพกและมีแขนอยู่ใต้ศีรษะ เขาคุกเข่าข้างหลังเธอ และคุณมีเพศสัมพันธ์ที่เริ่มต้นขึ้น

มุมมอง: หมอนช่วยยกสะโพก โดยที่เธอไม่ต้องดำรงตำแหน่งเอง มุมมองอาจรู้สึกลึก — เริ่มต้นและสงบ

จังหวะ: ผ่อนคลาย รู้สึกถึงมัน และปล่อยให้เธอบอกว่าจะมีเพิ่มอีกเมื่อไรและถ้ามี ความลึกไม่ควรแปลกใจ

มือ: เขาอุบหลังและสะโพก คุณสามารถจับมือหรือเครื่องเล่นไว้ข้างหน้าบริเวณอวัยวะเพศหญิงได้ น้ำมันหล่อลื่นหากจำเป็น

เช็กอิน: ใช้คำง่ายๆ ระหว่างทาง: "continue", "calm", "shallow" หรือ "stop"

การปรับ: หากรู้สึกว่ามันลึกเกินไป ให้ลดสะโพกลงไปที่หมอนหรือค่อยๆ เปลี่ยนเป็นท่าซ้อน

S9 ในทางกลับกัน เธออยู่ด้านบน · ≈ 7 min

เธออยู่ด้านบน หันหน้าหนีจากเขา เธอควบคุมทุกสิ่ง เขามองเห็นและสนับสนุน

การเตรียมตัว: เขานอนหงาย เธอนั่งเหนือเขา โดยหันหน้าไปทางเท้าของเขา โดยให้เข่าทั้งสองข้าง และคุณมีเพศสัมพันธ์ตามจังหวะของเธอ

มุม: มุมนี้ใหม่สำหรับทั้งคู่ และเธอควบคุมความลึกและทิศทางด้วยตัวเธอเอง เขาต้องปฏิบัติตามไม่ใช่ปกครอง

จังหวะ: เธอก้าวด้วยการเคลื่อนไหวเล็กๆ น้อยๆ ที่สงบ เขาคงสะโพกของเขาไว้

มือ: มือของเขาวางอยู่บนสะโพกหรือหลังส่วนล่างของเธอ เธอสามารถใช้มือของเธอเองหรือเครื่องเล่นที่อยู่ข้างหน้าได้

เช็กอิน: เขาถามครั้งหนึ่ง: "Good for you?" เธอตอบกลับด้วยคำพูดหรือท่าทาง

การปรับ: หากรู้สึกว่ามีมุมนั้นแหลมคม เธอก็โน้มตัวไปข้างหน้าเล็กน้อย โดยวางมือบนขาของเขา - หรือเธอจะหันหลังกลับอย่างสงบ

S10 เก้าอี้ · ≈ 6 min

นั่งบนเก้าอี้ที่แข็งแรง — หนาแน่น เรียบง่าย และแตกต่าง

การเตรียมตัว: คนหนึ่งนั่งบนเก้าอี้ที่แข็งแรงไม่มีล้อ อีกคนหนึ่งนั่งขัดสมาธิบนตักของเขา โดยเผชิญหน้ากัน หากคุณมีเพศสัมพันธ์ที่นี่ ใครก็ตามที่นั่งด้านบนสุดเป็นผู้รับผิดชอบ

มุม: เก้าอี้ให้สัมผัสทั้งร่างกายส่วนบนและตา และทำบนพื้นให้การควบคุมสูงสุด โดยไม่ต้องใช้ความพยายาม

จังหวะ: โยกและสงบ เก้าอี้เชิญชวนความใกล้ชิดไม่ใช่กายกรรม

มือ: คอยกันและกัน. มือข้างหนึ่งสามารถเลื่อนลงมาระหว่างคุณได้

เช็กอิน: กระซิบ: "Good like that?"

การปรับ: หากต้นขาของคุณเมื่อยล้า ให้ขยับไปขอบเตียงในท่าเดิม เบาะรองนั่งช่วยให้เก้าอี้นุ่มขึ้น

S11 อยู่หน้ากระจก · ≈ 6 min

ตำแหน่งที่คุ้นเคย - หน้ากระจก เพื่อให้คุณมองเห็นกัน ในมุมใหม่

การเตรียมตัว: หากกระจกที่คุณสามารถนั่งหรือนอนอยู่ข้างหน้าได้ เลือกตำแหน่งที่เงียบสงบที่คุณชอบ โดยควรนั่งใกล้ๆ หรือนอนตะแคง

มุม: กระจกช่วยให้คุณมองเห็นสิ่งที่คุณมักจะรู้เท่านั้น มองคู่ของคุณในกระจก ไม่ใช่มองตัวคุณเอง

จังหวะ: สงบ. ปลดปล่อยให้การมองในกระจกทำหน้าที่ได้ครั้งหนึ่ง

มือ: ลูบไล้ค้างไว้เพื่อให้คู่ของคุณมองเห็นมันในกระจก การได้เห็นสัมผัสที่เข้ามาช่วยสร้างความคาดหวัง

เช็กอิน: จับตาคู่ของคุณจ้องมองในกระจกแล้วถามด้วย คำพูด: "go on" หรือ "calm down"

การปรับ: หากรู้สึกไม่ปกติที่จะเห็นตัวเอง ให้หรี่ไฟหรือขยับตัวเพื่อให้มีเพียงคู่ของคุณอยู่ในภาพ

S12 จากด้านหลังคุกเข่า · ≈ 7 min

การย่อเข่าแบบคลาสสิก — ลึกและเข้มข้นยิ่งขึ้น โดยมีเธออยู่บนพวงมาลัย

การเตรียมตัว: เธอยืนบนทั้งสี่โดยมีหมอนอยู่ใต้หน้าอกของเธอ เขาคูกเข่าอยู่ข้างหลังเธอ การมีเพศสัมพันธ์ที่เริ่มต้นเขิน — เธอโต้กลับกับเขาเมื่อเธอต้องการมากขึ้น

มุม: มุมนี้ลึกกว่าในตำแหน่งส่วนใหญ่และให้ความรู้สึกที่เข้มข้นยิ่งขึ้น ความลึกไม่ควรแปลกใจ — เขาดำรงตำแหน่งเธอตัดสินใจว่าจะไปไกลแค่ไหน

จังหวะ: เริ่มช้ากว่าที่คุณคิดว่าคุณต้องทำ เพิ่มขึ้นเฉพาะเมื่อเธอพูดหรือแสดงให้เห็นเท่านั้น

มือ: มือของเขาก็จับสะโพกของเธอ มือข้างหนึ่ง — ของเขาหรือเธอ — สามารถเลื่อนขึ้นไปที่บริเวณคลิตอริสหรือถือนิ้วเครื่องเล่นไว้ตรงนั้น

เช็กอิน: ใช้คำง่าย ๆ: "deeper", "shallow", "quieter", "stop"

การปรับ: หากทำมุมลึกเกินไป เธอก็ลดระดับร่างกายส่วนบนลงไปตามหมอน หากเข่าของคุณเมื่อยล้า ให้เปลี่ยนไปใช้ข้อเข่าอย่างใจเย็น

S13 ข้างใหญ่ · ≈ 7 min

มิชชันนารีโดยให้ข้างหนึ่งพาดใหญ่ — มุมมองใหม่และลึกยิ่งขึ้น

การเตรียมตัว: เอนอนหงายโดยมีหมอนอยู่ใต้สะโพก เขาคูเข่าต่อหน้าเธอ และเธอก็วางข้างหนึ่งพาดใหญ่ของเข่า อีกคนหนึ่งวางอยู่รอบสะโพกของเขา มีการมีเพศสัมพันธ์ที่เริ่มต้นขึ้น

มุม: ขาแนบกับใหญ่ให้มุมที่ลึกและแน่นกว่ามิชชันนารีทั่วไป การยกขาขึ้นหรือลงหนึ่งเซนติเมตรจะเปลี่ยนแปลงทุกสิ่ง
จังหวะ: สงบและมั่นคง มุมลึกและความเร็วในเวลาเดียวกันกลายเป็นมากเกินไปอย่างรวดเร็ว

มือ: มือของเขายู้งัดขาและสะโพกของเธอ มือหรือเครื่องสั่นของเธอเข้าถึงบริเวณคลิตอริสได้อย่างง่ายดาย

เช็กอิน: เขาถาม: "Good depth?" เธอตอบด้วย "deeper", "shallow" หรือ "the same"

การปรับ: ถ้ามันเหี่ยยดไปด้านหลังต้นขามากเกินไป ให้ขยับขาไปที่รักแร้ของเขาหรือปล่อยให้มันมาพันรอบสะโพกของเขา สลับขาไปครั้งทาง

GL24 มุมกว้าง คุณเป็นผู้ควบคุม · ≈ 8 min

มีเพศสัมพันธ์ในมุมลึกซึ่งคุณสามารถควบคุมความลึกได้ ในขณะที่คู่ครองมีคำพูดหยุด ทำสิ่งนี้เฉพาะเมื่อทั้งสองฝ่ายต้องการอย่างชัดเจน และตกลงกันเรื่องคำหยุดก่อน

การเตรียมตัว: คู่ของคุณนอนหงายโดยมีหมอนหนุนอยู่ใต้สะโพก และยกขาทั้งสองข้างขึ้นไปถึงหน้าอกหรือจนถึงไหล่ของคุณ คุณคุกเข่าลง มีเพศสัมพันธ์โดยเริ่มจากตื้นๆ โดยให้ข้อเท้าแนบชิดคุณ

มุม: เมื่อยกสะโพกและขาชิดกัน มุมจะลึกที่สุดในยาง ที่นี่ คุณสามารถควบคุมความลึกได้ - แต่เฉพาะสิ่งที่คุณตกลงไว้เท่านั้น และตราบเท้าที่คู่ของคุณไม่พูดว่า "calm down" หรือ "stop"

จังหวะ: เริ่มช้ากว่าที่คุณคิดว่าคุณต้องทำ มุมลึกและความเร็วในเวลาเดียวกันกลายเป็นมากเกินไปอย่างรวดเร็ว เพิ่มขึ้นเฉพาะเมื่อคู่ของคุณพูดว่า "more"

มือ: จับมือของคุณไว้รอบน่องหรือข้อเท้าของคุณ ปล่อยให้มือเลื่อนไปข้างหน้าไปยังจุดที่คู่ครองต้องการหรือถือของเล่นไว้ตรงนั้น น้ำมันหล่อลื่นหากจำเป็น

เช็กอิน: ใช้คำง่ายๆ ตลอด: "more", "less", "quieter" หรือ "stop" ที่ "stop" คุณถอนตัวออกไปอย่างใจเย็นทันที

การปรับ: ถ้ามันเหี่ยยดหลังต้นขามากเกินไป ให้ลดขาลงบริเวณสะโพก หากมุมลึกเกินไป ให้ยกคู่เต้าน้อยลงหรือค่อยๆ เปลี่ยนเป็นตำแหน่งที่ตื้นกว่า