

ORANGE

01

İç çamaşırının üzerinden öpücükler

≈ 3 min

Partnerinizi iç çamaşırının içinden veya çevresinden, kalçasından, karnından ve uyluklarından öpün. Hafif ve alaycı tutun.

ORANGE

02

Göğüs odağı

≈ 4 min

Partnerinizin göğüslerini veya göğsünü öpün ve okşayın. Düz bir el ve yumuşak öpücüklerle başlayın ve daha fazla baskı mı yoksa yoğunluk mu istediklerini sorun.

ORANGE

03

İç çamaşırının üzerine vibratör

≈ 3 min

Partnerinizin iç çamaşırını üzerinde bir vibratör kullanın. Düşük bir ayarla başlayın ve artırıp artırmamaya karar vermelerine izin verin.

ORANGE

04

Yavaşça ona odaklan

≈ 4 min

Şimdi sıra onda. Elinizi tutup iç çamaşırının üzerinde veya çevresinde dokunulmasını istediği yere koymasına izin verin. Gösterdiği yeri, baskıyı ve hızı, kontrolü ele geçirmeden takip edin.

ORANGE

05

Yavaşça ona odaklan

≈ 4 min

Şimdi sıra onda. Yavaşça iç çamaşırının etrafındaki bölgeye doğru ilerleyerek karnını, kalçasını ve uyluklarının iç kısmını öpün. Eğlenceli ve telaşsız tutun.

ORANGE

06

Rahatlatıcı masaj

≈ 5 min

Partnerinizin gözleri kapalı, tercihen gözleri bağlı olarak sırtüstü uzanmasına izin verin. Samimi masaj yağı kullanın. Düz bir el ile göğüs kafesinden karın ve uyluk bölgelerine doğru yavaş yavaş daireler çizin. Kasıklarda ve uylukların iç kısmında biraz dinlenin, ardından yavaşça geriye doğru okşayın ve karnınıza yumuşak öpücüklerle bitirin.

ORANGE

07

Göz bağı

≈ 4 min



Partnerinizin göz bağı kullanmak isteyip istemediğini sorun. Karnını, göğsünü, uyluklarını ve kalçalarını nazikçe öpün. Eğer isterlerse, iç çamaşırının yakınına veya üstüne birkaç nazik öpücükle bitirin.

ORANGE

08

Sıcak su

≈ 3 min



Birlikte sıcak bir duş alın. Birbirinizin omuzlarını, sırtını, karnını, bacaklarını ve ayaklarını yıkayın. Alıcı kişinin neyin iyi hissettirdiğini yönlendirmesine izin verin.

ORANGE

09

Ritmik bulun

≈ 4 min

Aynı yumuşak öpücüğü üç yerde deneyin: boyun, göğüs ve uyluğun iç kısmı. Hangi yerin size en iyi hissettirdiğini sorun ve en az bir dakika aynı ritimle orada kalın.



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

Alt kısım ve uyluklar

≈ 4 min

Partnerinizin kalçasına ve kalçalarına masaj yapın. Eğer doğru geliyorsa dış deride yağ veya kayganlaştırıcı kullanın.

ORANGE

O11

Sadece dudaklar

≈ 3 min

Bir dakika boyunca yalnızca dudaklarını, yanaklarını kullanın ve partnerinizin boynuna, göğsüne, karnına ve uyluklarına nefes verin. Ellerinizi arkanızda tutun, ardından yavaşça kalçalarına yerleştirin ve küçük bir öpücükle bitirin.

ORANGE

O12

Sıra onda

≈ 4 min

Parmak uçlarınızla iç çamaşırının üzerindeki klitoral bölgesini yavaş, eşit daireler halinde uyarın. Basıncı hafif ve sabit tutun ve 'daha fazla' veya 'daha az' ile uyum sağlamasına izin verin.

ORANGE

O13

Vücuttan vücuda

≈ 4 min

Ağırlığı kalçalarınıza ve uyluklarınıza vererek vücudunuzu yavaşça partnerinizin tenine sürütün. Sürtünme rahatsız edici hale gelirse dış yüzeyde yağlayıcı kullanın.

ORANGE

O14

Her biri iki dakika

≈ 4 min

Kendi merakınız için partnerinizin iç çamaşırını ellerinizle keşfedin; dokuyu, sıcaklığı ve şekli hissedin. Göğüs ve mahrem bölgeler vb. hakkında kısa bilgi verin. Partneriniz yalnızca rahatsız edici bir durum olduğunda "stop" diyor. İki dakika geçtikten sonra rolleri değiştirin.

ORANGE

O15

Bunu yapmadan önce söyle

≈ 4 min

Partnerinize's ear exactly what you are going to do: "Now I'm sizi karnınızın alt kısmından öpecek diye fısıldayın." Üç sakın nefes bekleyin, sonra söylediklerinizi aynen yapın; bir daha asla. İç çamaşırının çevresinde yeni yerler ile tekrarlayın. Sözün tutulması eğlencenin yarısıdır.

ORANGE

O16

Gelgit ve akış

≈ 4 min

Partnerinizin iç çamaşırını sadece iki saniye boyunca nazikçe okşayın ve daha sessiz bir noktaya kaydırın. Her turda bir gelgit gibi biraz daha geriye dönün. Orada durmanız gerektiğinde partneriniz "stay" diyor.

ORANGE

O17

Kaynamaya bırakın

≈ 4 min

Partnerinizi iki dakika boyunca yoğun bir şekilde öpün; eller saçlarında, vücut vücuda yakın iç çamaşırlarıyla. Daha sonra anlaşılarak tamamen durun ve bir dakika boyunca dokunmadan yan yana uzanın. Hiçbir şey olmadığında vücutta ne kadar şey olduğunu bilin. Dakika dolduğunda biriniz "continue" diyor.

ORANGE

O18

İş ortağı tempoyu belirliyor

≈ 4 min

Adam sırtüstü yatıyor. Kadın iç çamaşırıyla kalçanızın üstüne oturur ve kendi hızı ve açısıyla size doğru hareket eder. Erkek yönlendirmeden ellerini sakince partnerinin kalçalarında tutabilir. Kadın daha sıkı bir tutuş için "hold" ve özgürlük için "let go" diyor ve ne zaman yeterli olduğuna karar veriyor.



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

O 19

Ele doğru sallanmak

≈ 4 min

Düz bir şekilde dinlenin, partnerinizin iç çamaşırını eşit ve sıkı bir baskıyla verin; sizden hiçbir hareket yok. Partner kendi ritminde kalçasını eline doğru sallar. Göreviniz, karşı karşıya bir duvar gibi basıncı sabit tutmaktır. Partner "heavier" veya "lighter" ile uyum sağlar.

ORANGE

O 20

Sessiz öpücüklerle sessiz ağız

≈ 4 min

Dudaklarınızı partnerinizin iç çamaşırının üzerine sessizce indirin ve yarım dakika boyunca sıcaklık ve nefesin çalışmasına izin verin. Kumaşın üzerinden dört nazik öpücük öpün. Partneriniz açıkça istemediği sürece onu çıkarmayın. Daha sonra, daha kalıcı öpücükler veya bir sonraki karta geçme arasında seçim yaparlar.

ORANGE

O 21

Nefes verirken dokunun

≈ 4 min

Partnerinizin's breath with a flat hand on your sternum. Then stroke down the chest, abdomen and thighs only on your partner" in nefes vermesini bulun ve elinizi tamamen hareketsiz bir şekilde nefes almanın üzerine koyun. Doğal hissettiğinizde bakışla tanışın. Partnerinizin nefesinin tempoyu belirlemesine izin verin.

ORANGE

O 22

Kısaca falan

≈ 4 min

Kısa ziyaretlerde onu iç çamaşırının üzerinden okşayın: birkaç saniye penisinin üzerine, ardından karnına, uyluklarına ve sırtına. Parmak uçlarınızın ayrıca skrotuma ve penisin köküne kısaca dokunmasına izin verin. İnşa eden değişimdir. O "stay there." diyene kadar hiçbir yerde kalmayın

ORANGE

O 23

Göğüslere sıcak yağ

≈ 4 min

Avuç içleriniz arasında özel masaj yağını ısıtın - yoksa kayganlaştırıcı kullanın. Asla doğrudan cilde dökmeyin. Göğüslerine dışarıdan içeriye doğru geniş, yavaş daireler halinde masaj yapın, meme uçlarını en sona saklayın, çok az. "more" ve "easier" ile yönetiyor.

ORANGE

O 24

Partner vibratörle tanışıyor

≈ 4 min

Vibratörü partnerinizin'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 noktasına karşı tamamen hareketsiz bir şekilde düşük güçte tutun. Yalnızca partneriniz "move" dediğinde hareket ettirin.

ORANGE

O 25

Dört öpücük, bir uyluk

≈ 4 min

Partnerinize uyluğunun iç kısmına dört öpücük verin, her biri birer tane: tamamen hafif, yumuşak bir baskıyla, dudaklar tenin bir kısmını yakalayacak şekilde ve dilin ucuyla. Ortak, kazananı tek bir "den" ile seçer. Kazanan öpücüğü partnerinizin iç çamaşırının kenarı boyunca yavaşça tekrarlayın.



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