

YELLOW

Y1

Ấm lưng

≈ 3 min

Đặt cả hai tay bên dưới áo của đối tác và từ từ vuốt ve lưng họ. Sử dụng bàn tay phẳng và tốc độ đều.



Hỏi xem đối tác của bạn có muốn bị massage không. Nhẹ nhàng hôn tay, cổ, má và vai của họ. Kết thúc bằng một nụ hôn nhẹ nhàng lên miệng.

YELLOW

Y2

Từ trán đến chân

≈ 3 min



Hôn đối tác của bạn từ trán đến chân mà không đi vào bên trong quần lót của họ. Giữ tốc độ chậm.

YELLOW

Y4

Eo và hông

≈ 3 min

Giữ đối tác của bạn quanh eo hoặc hông của họ. Kéo họ lại gần, hôn họ, sau đó lại thả lỏng một chút.



Hãy để đối tác của bạn ngồi trên mép giường. Đứng hoặc ngồi gần và hôn trong khi tay bạn đặt trên lưng, đùi hoặc hông của họ.

YELLOW

Y5

Trở lại ngực

≈ 3 min



Ngồi phía sau đối tác của bạn. Hôn cổ và vuốt ve bụng, ngực hoặc cánh tay trên quần áo hoặc đồ lót.

YELLOW

Y7

Gần tắt

≈ 3 min



Kéo nửa trên của đối tác của bạn ra và tạm dừng trong năm giây. Hôn lên vùng da xuất hiện và hỏi bằng mắt trước khi cởi hết quần áo ra.

YELLOW

Y8

Đùi trên quần áo

≈ 3 min

Vuốt ve bên trong đùi của bạn tình trên quần áo hoặc đồ lót. Đừng di chuyển vào khu vực thân mật.

YELLOW

Y9

Một điều ước

≈ 3 min

Yêu cầu đối phương của bạn một điều ước đơn giản: 'hôn vào đây', 'giữ ở đây' hoặc 'vuốt ve vào đây'. Hãy làm theo mong muốn của họ.



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

Phần lưng dưới và phần dưới

≈ 3 min

Xoa bóp lưng dưới, hông và mông của bạn tình trên quần áo hoặc đồ lót. Hãy dùng bàn tay bình tĩnh và chắc chắn.

YELLOW

Y11

Những nụ hôn và bàn tay

≈ 3 min

Hôn bạn tình trong khi tay bạn di chuyển bên dưới phần trên của họ hoặc dọc theo làn da trần của họ. Giữ cảm ứng ấm áp và chậm rãi.

YELLOW

Y12

Một dải da nhỏ

≈ 2 min

Tìm một dải da trần nhỏ ở bụng, lưng, vai hoặc hông. Hãy hôn nó một cách chậm rãi.

YELLOW

Y13

Rung động trên quần áo

≈ 3 min

Sử dụng máy rung trên quần áo hoặc đồ lót của bạn tình ở đùi, lưng, hông hoặc bụng của họ. Bắt đầu ở cài đặt thấp. Chưa trực tiếp thân mật.

YELLOW

Y14

Dưới chăn

≈ 3 min

Nằm gần bạn tình của bạn dưới tấm chăn. Hôn và chạm vào quần áo hoặc đồ lót.

YELLOW

Y15

Đối tác của bạn yêu thích

≈ 3 min

Hỏi đối tác của bạn cảm giác dễ chịu khi được hôn hoặc chạm vào lúc này. Giữ nó nhẹ nhàng.

YELLOW

Y16

Cổ, tai, vai

≈ 3 min

Hôn cổ, tai và vai của đối phương. Sử dụng đôi môi mềm mại và hơi thở ấm áp.

YELLOW

Y17

Trao tay

≈ 3 min

Đặt bàn tay của bạn lên bàn tay của đối tác của bạn. Hãy để họ hướng dẫn cả hai tay đến nơi mà họ cảm thấy dễ chịu, trên quần áo hoặc đồ lót. Hãy làm theo tốc độ và áp lực mà họ thể hiện mà không cần kiểm soát.

YELLOW

Y18

ranh giới đồ lót

≈ 3 min

Chạm vào xung quanh mép quần lót của bạn tình, nhưng không chạm vào bên dưới nó. Hôn vào bụng, hông hoặc đùi của họ giữa mỗi động tác.



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

Bàn tay phẳng hoặc đầu ngón tay

≈ 3 min

Vuốt ve lưng đối tác trước tiên bằng toàn bộ lòng bàn tay, sau đó chỉ bằng đầu ngón tay. Sử dụng cùng một tuyến đường và cùng một tốc độ nhàn nhã trong cả hai lần. Hỏi đối tác: "flat hand or fingertips?" Tiếp tục với đối tác nào chọn.

YELLOW

Y20

Một tay với dầu

≈ 3 min

Làm ấm một ít dầu xoa bóp thân mật trong lòng bàn tay - nếu bạn không 't have it, use a lubricant. Never pour directly onto the skin. Stroke your partner' luân phiên quay lại với bàn tay được bôi dầu và bàn tay khô, và cuối cùng hỏi: "oil or without?" Tiếp tục với bất kỳ đối tác nào chọn.

YELLOW

Y21

Áo khoác dài

≈ 3 min

Đặt cả hai lòng bàn tay vào phía dưới đối tác của bạn'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't rồi, dùng chất bôi trơn.

YELLOW

Y22

Hạt vừng và gạo

≈ 3 min

Nằm đối mặt. Đan chặt tay và chân vào nhau theo hơi thở's, so close that you can feel the other's. Hãy nằm như thế này, hôn một cách bình tĩnh và để tay vuốt ve lưng bạn.

YELLOW

Y23

Năm vị trí, năm con số

≈ 3 min

Hôn và vuốt ve năm vị trí trên người bạn đời của bạn, lần lượt từng vị trí: cổ, bả vai, lưng dưới, bụng và hông. Đối tác cung cấp cho mỗi địa điểm một số từ "one" đến "five". Quay trở lại nơi đã thắng và ở đó một lúc.

YELLOW

Y24

Nhiệt độ yên tĩnh

≈ 3 min

Xoa hai lòng bàn tay vào nhau cho đến khi chúng thật ấm. Đặt một tay lên bụng bạn tình và một tay lên lưng dưới của bạn, da kề da và giữ yên hoàn toàn trong một phút trong khi thở với tốc độ như nhau. Kết thúc bằng một cú đánh chậm.

YELLOW

Y25

Nhìn gương

≈ 3 min

Đứng đằng sau đối tác của bạn trước gương. Vuốt ve vai, cánh tay và bụng của đối tác một cách chậm rãi trong khi vẫn duy trì giao tiếp bằng mắt trong gương. Đối tác nói "continue" khi bạn đổi địa điểm. Nhìn và cảm nhận cùng lúc làm cho sự tiếp xúc trở nên mạnh mẽ hơn.



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