

ORANGE

01

Hôn trên quần lót

≈ 3 min

Hôn đối tác của bạn qua hoặc xung quanh quần lót của họ, trên hông, bụng và đùi của họ. Giữ nó nhẹ nhàng và đều đặn.

ORANGE

02

Tập trung vào ngực

≈ 4 min

Hôn và vuốt ve ngực hoặc ngực của bạn tình. Bắt đầu bằng bàn tay phẳng và những nụ hôn nhẹ nhàng, sau đó hỏi xem họ muốn có nhiều áp lực hay cường độ hơn.

ORANGE

03

Máy rung trên quần lót

≈ 3 min

Sử dụng máy rung trên đồ lót của bạn tình. Bắt đầu ở mức cài đặt thấp và để họ quyết định có nên tăng nó hay không.

ORANGE

04

Hãy tập trung vào cô ấy một cách nhẹ nhàng

≈ 4 min

Bây giờ đến lượt cô ấy. Hãy để cô ấy nắm lấy tay bạn và đặt nó ở nơi cô ấy muốn chạm vào hoặc xung quanh quần lót của mình. Đi theo địa điểm, áp lực và tốc độ mà cô ấy thể hiện mà không chiếm lấy.

ORANGE

05

Hãy tập trung vào anh ấy một cách nhẹ nhàng

≈ 4 min

Bây giờ đến lượt anh ấy. Hôn vào bụng, hông và đùi trong của anh ấy, từ từ di chuyển về phía khu vực xung quanh quần lót của anh ấy. Giữ nó vui tươi và không vội vã.

ORANGE

06

Massage thư giãn

≈ 5 min

Để đối tác của bạn nằm ngửa, nhắm mắt, tốt nhất là bịt mắt. Sử dụng dầu massage thân mật. Dùng bàn tay phẳng thực hiện các vòng tròn chậm rãi từ lồng ngực qua bụng và đùi đến bắp chân. Nghi ngơi một chút ở háng và đùi trong, sau đó vuốt nhẹ ra sau và kết thúc bằng những nụ hôn nhẹ nhàng lên bụng.

ORANGE

07

bịt mắt

≈ 4 min



Hỏi xem đối tác của bạn có muốn sử dụng bịt mắt không. Nhẹ nhàng hôn bụng, ngực, đùi và hông của họ. Nếu họ muốn, hãy kết thúc bằng một vài nụ hôn nhẹ nhàng gần hoặc trên quần lót của họ.

ORANGE

08

Nước ấm

≈ 3 min



Cùng nhau tắm nước ấm. Rửa vai, lưng, bụng, chân và bàn chân cho nhau. Hãy để người nhận hướng dẫn những gì cảm thấy tốt.

ORANGE

09

Tìm nhịp điệu

≈ 4 min

Hãy thử những nụ hôn nhẹ nhàng tương tự ở ba vị trí: cổ, ngực và đùi trong. Hỏi nơi nào bạn cảm thấy thoải mái nhất, sau đó giữ nguyên nhịp điệu đó trong ít nhất một phút.



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

Đáy và đùi

≈ 4 min

Xoa bóp hông và đùi của đối tác. Sử dụng dầu hoặc chất bôi trơn trên da bên ngoài nếu cảm thấy phù hợp.

ORANGE

O11

Chỉ có đôi môi

≈ 3 min

Chỉ sử dụng môi, má và hơi thở trên cổ, ngực, bụng và đùi của bạn tình trong một phút. Đặt hai tay ra sau lưng, sau đó nhẹ nhàng đặt chúng lên hông họ và kết thúc bằng một nụ hôn nhẹ.

ORANGE

O12

Đến lượt cô ấy

≈ 4 min

Kích thích vùng âm vật của cô ấy phía trên quần lót bằng đầu ngón tay của bạn theo những vòng tròn chậm và đều. Giữ áp lực nhẹ và ổn định, đồng thời để trẻ điều chỉnh theo mức 'nhiều hơn' hoặc 'ít hơn'.

ORANGE

O13

Thân với thân

≈ 4 min

Chà xát cơ thể của bạn từ tử vào cơ thể của bạn tình, da kề da, với trọng lượng dồn lên hông và đùi. Sử dụng chất bôi trơn trên da bên ngoài nếu ma sát trở nên khó chịu.

ORANGE

O14

Mỗi lần hai phút

≈ 4 min

Dùng tay khám phá đồ lót của bạn tình để thỏa mãn sự tò mò của riêng bạn - cảm nhận kết cấu, độ ẩm và hình dạng. Nói ngắn gọn về ngực và vùng kín, v.v. Đối tác chỉ nói "stop" nếu có điều gì đó không thoải mái. Đổi vai khi hai phút trôi qua.

ORANGE

O15

Hãy nói điều đó trước khi bạn làm điều đó

≈ 4 min

Thì thầm với bạn đời của bạn's ear exactly what you are going to do: "Now I'm sẽ hôn vào bụng bạn." Đợi ba nhịp thở bình tĩnh, sau đó làm chính xác những gì bạn đã nói—không bao giờ lặp lại. Lặp lại với những vị trí mới xung quanh đồ lót. Lời hứa được giữ là một nửa niềm vui.

ORANGE

O16

Lên xuống và dòng chảy

≈ 4 min

Nhẹ nhàng vuốt ve đồ lót của bạn tình's stomach, hips and thighs. Stay by the edge of your partner' chỉ trong hai giây và trượt đến một vị trí yên tĩnh hơn. Lùi lại xa hơn một chút sau mỗi hiệp, giống như thủy triều. Đối tác nói "stay" khi bạn phải dừng ở đó.

ORANGE

O17

Hãy để nó sôi

≈ 4 min

Hôn bạn tình thật mãnh liệt trong hai phút - tay luồn vào tóc, cơ thể áp sát vào người trong bộ đồ lót. Sau đó dừng lại hoàn toàn, theo thỏa thuận và nằm cạnh nhau trong một phút mà không chạm vào. Biết bao nhiêu điều xảy ra trong cơ thể khi không có gì xảy ra. Một trong các bạn nói "continue" khi hết phút.

ORANGE

O18

Đối tác thiết lập tốc độ

≈ 4 min

Người đàn ông nằm ngửa. Người phụ nữ ngồi trên hông bạn trong bộ đồ lót và di chuyển về phía bạn theo tốc độ và góc độ của riêng cô ấy. Người đàn ông có thể bình tĩnh đặt tay lên hông bạn tình mà không cần chỉ đạo. Người phụ nữ nói "hold" để nắm chặt hơn và "let go" để tự do — và quyết định khi nào là đủ.



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

Xoay chống lại bàn tay

≈ 4 min

Nằm ngửa, vẫn đưa quần lót của bạn tình với áp lực đều và chắc chắn - bạn không cử động. Đối tác lặc hông vào tay theo nhịp điệu riêng của họ. Công việc của bạn là giữ áp lực ổn định, giống như một bức tường đối diện. Đối tác điều chỉnh bằng "heavier" hoặc "lighter".

ORANGE

O20

Miệng lặng lẽ với những nụ hôn lặng lẽ

≈ 4 min

Hãy im lặng hạ môi bạn xuống phía trên quần lót của họ, đồng thời để hơi ấm và hơi thở hoạt động trong nửa phút. Hôn bốn nụ hôn nhẹ nhàng xuyên qua lớp vải. Đừng loại bỏ nó trừ khi đối tác của bạn rõ ràng muốn điều đó. Sau đó, họ lựa chọn giữa những nụ hôn kéo dài hơn hoặc chuyển sang lá bài tiếp theo.

ORANGE

O21

Chạm vào hơi thở ra

≈ 4 min

Tìm hơi thở ra của đối tác's breath with a flat hand on your sternum. Then stroke down the chest, abdomen and thighs only on your partner' và đặt tay bạn hoàn toàn yên khi hít vào. Bắt gặp ánh nhìn khi cảm thấy tự nhiên. Hãy để hơi thở của đối tác của bạn quyết định tốc độ.

ORANGE

O22

Tóm lại, vân vân

≈ 4 min

Vuốt ve anh ấy trên quần lót của anh ấy trong những lần vuốt ve ngắn: vài giây trên dương vật của anh ấy, sau đó lên bụng, đùi và lưng. Hãy để đầu ngón tay của bạn chạm nhẹ vào bìu và gốc dương vật. Đó là sự trao đổi được xây dựng. Đừng ở đâu cho đến khi anh ấy nói "stay there."

ORANGE

O23

Dầu ấm trên ngực

≈ 4 min

Dầu massage ấm vùng thân mật giữa lòng bàn tay - nếu không có, hãy dùng chất bôi trơn. Không bao giờ đổ trực tiếp lên da. Xoa bóp ngực cô ấy theo vòng tròn lớn, chậm rãi từ ngoài vào trong, chỉ để dành núm vú cho đến phút cuối cùng. Cô ấy cai trị bằng "more" và "easier".

ORANGE

O24

Đối tác gặp máy rung

≈ 4 min

Giữ yên hoàn toàn máy rung ở mức công suất thấp đối với đối tác của bạn's underwear, with a firm hand. The partner moves his hips against it and finds space and pressure himself — the fabric cushions, and that!. Chỉ di chuyển nó khi đối tác của bạn nói "move".

ORANGE

O25

Bốn nụ hôn, một đùi

≈ 4 min

Hôn đối tác của bạn bốn nụ hôn vào bên trong đùi, mỗi nụ hôn một kiểu: hoàn toàn nhẹ nhàng, ấn nhẹ, môi chạm vào một chút da và bằng đầu lưỡi. Đối tác chọn người chiến thắng bằng một "den". Lặp lại nụ hôn chiến thắng một cách chậm rãi dọc theo mép quần lót của bạn tình.



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