

Dámy, překvapte partnera ♥ Dopřejte mu valentýnskou masáž penisu

Sexkoučka Julie Gaia radí:

Z téhle masáže bude partner

PRAHA (efr) – Přejete si, aby vaše láska jiskřila jako na začátku? V dlouhodobých vztazích se intimnost pomalu vytrácí, a to je zabijákem vztahu. Jestli chcete partnera příjemně překvapit a zároveň se vrátit k postelovým hrádkám, začněte masáží jeho chlouby.

„Spouta lidí má představu, že v sexu všechno umí, jenže po nějaké době to končí na nudě a sexuální komunikace mrzne, proto je fajn se vzdělávat,“ říká Julie Gaia Poupětová. Podle ní je dobré věnovat se kromě klasického sexu i jemnějším dovednostem, jako je třeba právě erotická masáž. Ta může obsahovat až 30 hmatů, které Julie vyučuje ve svých kurzech. „Pokud budete partnera masírovat doma, doporučuji vždy použít lubrikační gel na bázi oleje a taky podložku, protože olej stéká a mohl by vám zamazat po-

vlečení,“ radí. Jestli se ostýcháte a nevíte, jak s masáží začít, můžete to prý brát jako takové cvičení, kdy oba vyzkoušíte něco nového. Hlavně se uvolněte, nejdě přeci o nic vážného.

Ideál je 20 minut

Délka masáže je individuální, každý muž vydrží do ejakulace jinak dlouho. Ženám na kurzech ale sexkoučka doporučuje vydržet minimálně 20 minut. „Když to ženu baví, je to super a klidně může skončit na třech hodinách.“ A jaký je osobní tip známé české sexex-

šilet

perky? Ten prý spočívá ve stimulaci více erotogenních míst najednou. „Když se partner blíží k vrcholu, je ideální zapojit co největší částí těla do kontaktu. Tím vytváříte předpoklad pro celotělní orgasmus. Části těla se proberou, propojí a vnímají vyvrcholení taky,“ říká. Mezi citlivá místa patří třeba hrudník, hlava, hýždě nebo podbřišek. Tak co dámy, vyzkoušíte masáž už dnes, nebo počkáte na svatého Valentína?

Julie Gaia Poupětová je odbornice přes sex. Ve Studiu Blesk prozradila, co dělá mužům dobře.

Foto Blesk

BLESK.CZ
Valentýnský Týden sexu na Blesk.cz

CHATY S EXPERTY

Dnes 10. 2. (11:00 h)
Petra Yamuna Částková
Téma: Sex, odblokování vagíny, odbourávání traumát

Zítra 11. 2. (12:00 h)
Eva Kalivodová
Téma: Kartárka – potká vás láska?

Pátek 12. 2. (10:00 h)
Zlatko Pastor
Téma: Sexuologické a gynekologické problémy

Pátek 12. 2. (11:00 h)
Petra Alraune
Téma: Magie lásky, afrodiziaka, erotické rituály

www.blesk.cz/chat

Masáž podle sexkoučky

Doporučuji začít oblastí na žaludu, které říkáme uzdička. Důležité je stáhnout předkožku a pak se krouživými pohyby věnovat uzdičce.

Video: tv.blesk.cz TV-BLESK

Chvilí se soustředte na jedno místo na penisu, pak uchopte celý úd, klidně používejte jemné škrábání. Muži mají rádi, když se budete věnovat taky šourku.

Spousta mužů miluje i orální stimulaci šourku, takže ji do masáže určitě můžete taky zapojit.



BLESK Od pondělí do pátku luštěte v Blesku křížovku a sudoku ● Velkou křížovku najdete v Nedělním Blesku

TAJENKA: NÁDOBA K UMÝVÁNÍ	DRUH PŘIPOJENÍ K INTERNETU	CEVNÍ TEKUTINA	INICIÁLY REŽISÉRA LIPSKÉHO	STŘEDNÍ ODOBORNÉ UČLIŠTĚ ZKR.	POMŮCKA: BALAS, DUÁL, OAK	SCHOPNOST VĚST PROUD	POLNÍ MÍRY	ZNAČKA MOBILNÍCH TELEFONŮ	BÝV. ČESKÝ HOKEJISTA FRANTIŠEK ???	CIGARETA HOVOR.
JMÉNO KOMENSKÉHO					MUŽSKÉ JMÉNO					
VÝTVOR					PUSTĚ HÝŘENÍ OBYČEJ					
SEVERO-ZÁPAD ZKR.			ČÁSTI POSTROJŮ DVOJNÉ ČÍSLO					INICIÁLY BÁSNÍKA TOMANA PACH		
HARMONIE				ŘÍMSKÝCH 6 INIC. HERCE VAŠUTA			DUB ANGL. AKADEMIE VĚD ZKR.			
	ZAHNUTÝ KOVOVÝ HŘEB	TAJENKA PŘÍKYVOVAT								
TÝKAJÍCÍ SE STÁVKY STR. ROD									OLDŘICH DOMÁCKÝ	ŠÍCI POTŘEBY
USAZENINA				INICIÁLY HERCEKY SKOŘEPOVÉ SPZ TÁBORA			POVRCHOVÁ VODA JEDNOTKA EL. ODPORU			
OZNAČENÍ NAŠICH LETADEL			TOHLE INICIÁLY HERCE LIPSKÉHO					ŘÍMSKÝCH 51 CÍTOSLOVCE MĚCENÍ		
ODRŮDA DIAMANTU							TĚLOCVIČNÝ PRVEK			
SPORTOVEC										MEŇŠÍ MNOŽSTVÍ

	4	3		7					2
	5		3		2				4
8					1			3	9
	6				2				5
5				6				2	8
9	7			8	4				6
	9								7
4				7		9			2
6	8			2	1		5	9	

SUDOKU
Řešení ze včerejška

6	2	1	4	8	3	9	5	7
7	3	5	9	2	6	1	4	8
4	9	8	1	5	7	3	6	2
2	8	3	5	9	4	7	1	6
5	7	9	6	1	2	8	3	4
1	6	4	7	3	8	2	9	5
9	5	7	2	4	1	6	8	3
3	1	6	8	7	5	4	2	9
8	4	2	3	6	9	5	7	1

VČEREJŠÍ TAJENKA:
EMINENCE

PRÁVĚ V PRODEJI

BYLINKOVÝ MANUAL
Petra Janů

Správné řešení křížovky a sudoku se dozvíte zítra.