

# OBSAH

Předmluva .....	7
Úvod .....	9
<b>1. Standardní instrukce pro dvojice .....</b>	<b>11</b>
1.1 Střídavé hlazení .....	11
1.2 Objevování citlivosti klitorisu .....	12
1.3 Zkoumání pochvy .....	14
1.4 Hra s údem .....	15
1.4.1 Hra na střídavé vzrušování .....	16
1.4.2 Hra na výdrž .....	17
1.5 Kontakt pohlavních orgánů .....	18
1.5.1 Povrchový kontakt .....	18
1.5.2 Přítomnost pohlavního údu v pochvě .....	19
1.6 Uvnitř i zevně .....	20
1.7 Změny v polohách .....	22
<b>2. Úspěšný průběh nácviu .....</b>	<b>25</b>
2.1 Potíže se ztopořením údu .....	25
2.2 Předčasný výron semene .....	28
2.3 Potíže se ztopořením i rychlým výronem .....	30
2.4 Snížená chuť u ženy .....	33
2.5 Chybění orgasmu u ženy .....	36
2.6 Odpor k pohlavnímu styku .....	38
2.7 Kombinované poruchy .....	41
<b>3. Příběh na pokračování .....</b>	<b>45</b>
3.1 Problém .....	45
3.2 Průběh nácviu .....	47
3.3 Další vývoj .....	49
3.4 Průběh druhého nácviu .....	50
3.5 Jak dál? .....	52
3.6 Závěr .....	54

<b>4. Pestrost ženského orgasmu .....</b>	<b>55</b>
4.1 Klasická křivka .....	57
4.2 Orgasmus mimo soulož .....	63
4.3 Vícečetný orgasmus .....	69
4.4 Křivka bez orgasmu .....	75
4.5 Výskyt jednotlivých typů .....	81
<b>5. Mužské reagování a prožívání .....</b>	<b>83</b>
5.1 Erekcce .....	83
5.2 Ejakulace .....	86
5.3 City a pocity .....	87
<b>Závěr: Sex jako pozitivní hodnota .....</b>	<b>95</b>
<b>Přílohy .....</b>	<b>97</b>
<b>Doporučená literatura a odborné monografie .....</b>	<b>105</b>