

# Obsah

|                                                             |           |
|-------------------------------------------------------------|-----------|
| Schyluje se k sexu.....                                     | 8         |
| Potřebujete poradit? .....                                  | 8         |
| Seznam součástí .....                                       | 11        |
| ■ Hlava .....                                               | 11        |
| ■ Tělo .....                                                | 14        |
| <b>INSTALACE A PŘÍPRAVA.....</b>                            | <b>17</b> |
| Příprava bytu .....                                         | 18        |
| ■ Pohovka nebo dvojkřeslo .....                             | 18        |
| ■ Další nezbytné potřeby .....                              | 19        |
| Poživatiny určené ke svádění .....                          | 22        |
| ■ Další potraviny s údajnými afrodisiakálními účinky: ..... | 23        |
| Příprava těla na ideální výkon .....                        | 25        |
| ■ Rozparádění se .....                                      | 25        |
| ■ Očista těla .....                                         | 28        |
| ■ Oděv: zahalení těla .....                                 | 29        |
| ■ Další doplňky .....                                       | 32        |
| <b>INICIALIZACE A PŘÍPRAVA.....</b>                         | <b>34</b> |
| Inicializace .....                                          | 36        |
| ■ Počáteční doteky .....                                    | 39        |
| Předehra .....                                              | 41        |
| ■ Orální aktivity (tedy líbání) .....                       | 41        |
| ■ Pokročilé doteky .....                                    | 44        |
| ■ Stimulace řader .....                                     | 46        |
| ■ Alternativní aktivity pro předebru .....                  | 50        |
| ■ Nové strategie .....                                      | 52        |
| <b>MANUÁLNÍ A ORÁLNÍ STIMULACE GENITÁLIÍ.....</b>           | <b>55</b> |
| Mužské genitálie .....                                      | 56        |
| ■ Schéma a seznam jednotlivých částí .....                  | 56        |
| Ženské genitálie .....                                      | 63        |
| ■ Schéma a seznam jednotlivých částí .....                  | 63        |
| ■ Vnitřní záležitosti .....                                 | 66        |
| Lubrikace .....                                             | 68        |
| ■ Používání lubrikantu .....                                | 69        |
| Manuální manipulace s mužskými genitáliemi .....            | 71        |
| ■ Dosažení plné aktivace genitálu .....                     | 74        |

|                                                      |    |
|------------------------------------------------------|----|
| ■ Řádné zakončení . . . . .                          | 77 |
| Manuální manipulace s ženskými genitáliemi . . . . . | 79 |
| ■ Dosažení plné aktivace genitálu . . . . .          | 82 |
| ■ Řádné zakončení . . . . .                          | 83 |
| Orální stimulace genitálií . . . . .                 | 85 |
| ■ Orální stimulace mužských genitálií . . . . .      | 85 |
| ■ Orální stimulace ženských genitálií . . . . .      | 92 |
| ■ Inicializace . . . . .                             | 92 |

## **POHLAVNÍ STYK . . . . . 99**

|                                                 |     |
|-------------------------------------------------|-----|
| Konfigurace pracovní stanice . . . . .          | 100 |
| ■ Postel . . . . .                              | 100 |
| ■ Další nezbytnosti . . . . .                   | 102 |
| ■ PŘÍPRAVA PRACOVNÍ STANICE . . . . .           | 107 |
| Ochranné pomůcky . . . . .                      | 109 |
| ■ Kondomy . . . . .                             | 109 |
| ■ Instalace kondomu pro muže . . . . .          | 112 |
| ■ Kondomy pro ženy . . . . .                    | 116 |
| ■ Instalace kondomu pro ženy . . . . .          | 116 |
| ■ Další ochrany . . . . .                       | 119 |
| ■ Dlouhodobější a trvalá ochrana . . . . .      | 120 |
| Základní mechanismus pohlavního styku . . . . . | 121 |
| Anální styk . . . . .                           | 141 |
| ■ Hygiena . . . . .                             | 141 |
| ■ Předehra . . . . .                            | 142 |
| ■ Průnik . . . . .                              | 142 |
| ■ Pozice . . . . .                              | 144 |
| Orgasmus . . . . .                              | 144 |
| ■ Mužský orgasmus . . . . .                     | 145 |
| ■ Ženský orgasmus . . . . .                     | 147 |
| ■ Posílení orgasmu . . . . .                    | 149 |
| ■ Zdravotní přínosy orgasmu . . . . .           | 151 |

## **POKROČILÝ POHLAVNÍ STYK . . . . . 152**

|                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| Běžné alternativy . . . . .       | 154 |
| ■ Ojedinelé alternativy . . . . . | 162 |
| ■ To, co vás nastartuje . . . . . | 166 |
| ■ Nastartování partnera . . . . . | 166 |

|                                                              |            |
|--------------------------------------------------------------|------------|
| Jak sehnat třetího do trojky . . . . .                       | 169        |
| Jak vymyslet vlastní nekonvenční sexuální aktivity . . . . . | 173        |
| Řešení potíží . . . . .                                      | 174        |
| <b>SEXUÁLNÍ POMŮCKY . . . . .</b>                            | <b>176</b> |
| Jak vybrat vibrátor . . . . .                                | 178        |
| Další sexuální pomůcky . . . . .                             | 181        |
| Péče o sexuální pomůcky . . . . .                            | 186        |
| <b>ÚDRŽBA A ŘEŠENÍ POTÍŽÍ . . . . .</b>                      | <b>188</b> |
| Údržba hardwaru . . . . .                                    | 190        |
| ■ Další údržba . . . . .                                     | 192        |
| ■ Údržba vztahu . . . . .                                    | 194        |
| ■ Sexuální poruchy . . . . .                                 | 195        |
| Malware; sexuálně přenosné infekce . . . . .                 | 198        |
| <b>DODATEK . . . . .</b>                                     | <b>200</b> |
| Technická podpora . . . . .                                  | 202        |
| Rejstřík . . . . .                                           | 203        |
| O autorce . . . . .                                          | 208        |
| O ilustrátorech . . . . .                                    | 208        |