

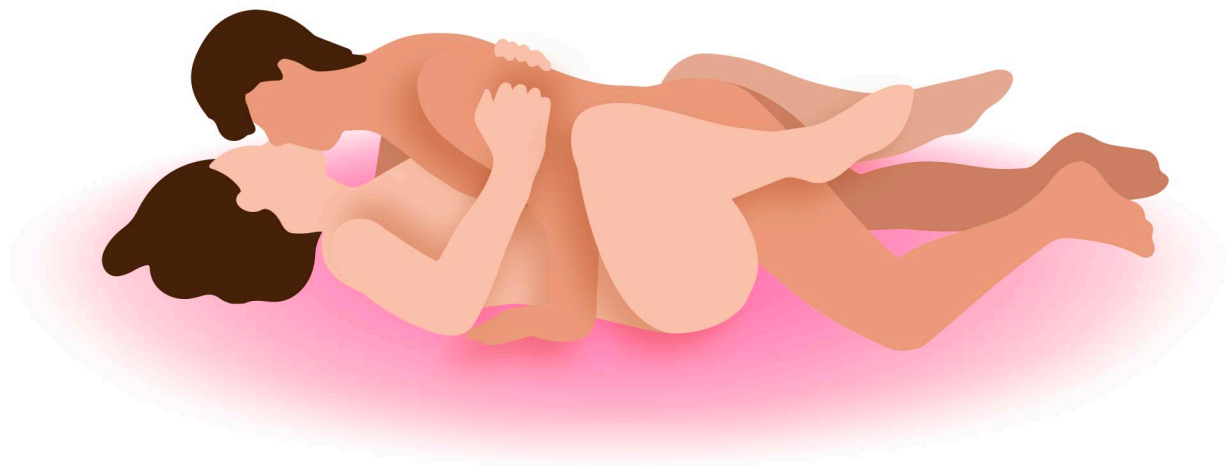
MIDNIGHT



深夜練愛課

- 體位全攻略 -

傳教士



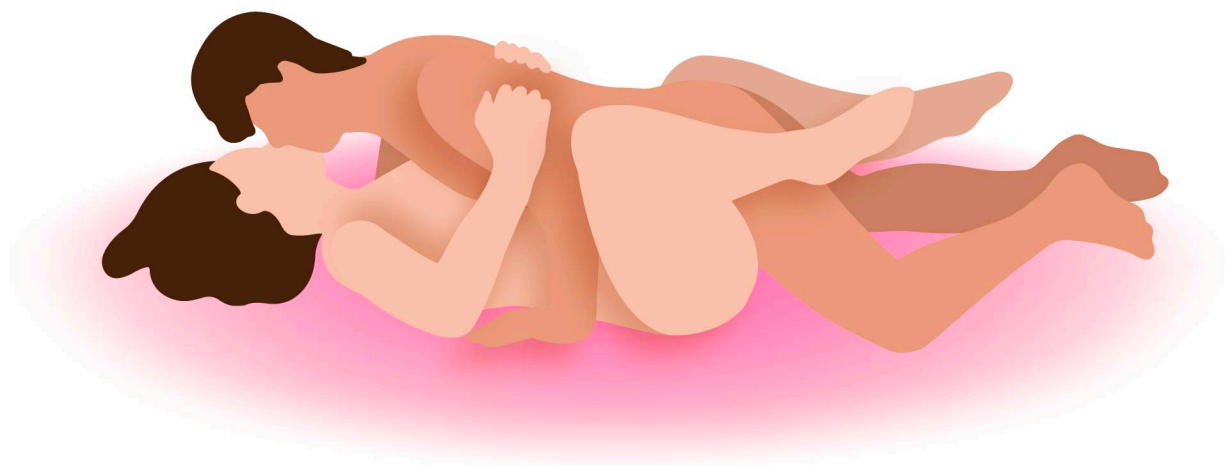
1. 採男上位，女下位。

2. 女性舒適平躺於床上，雙腿微開，男性則採趴姿，讓下半身位於女性的兩腿之間。

3. 在上位的伴侶，自然對性行為有更多的控制權，可決定插入的速度及深度。

4. 女性伴侶可以透過調整臀部的傾斜創造新的角度，帶來新的刺激增強愉悅感。

慢性愛的傳教士



1. 如果對激情猛烈的抽插膩了，試試速度放慢，細細品嚐慢性愛的體驗。

2. 女生平躺，男生在上方，愛的目光交流與柔滑的皮膚接觸讓情慾慢慢點燃。

3. 男生溫柔緩慢地將GG插入，讓蜜穴緊密收縮包覆住GG。

4. 男生可以搓揉女生的雪乳，一起享受高潮前的柔情時刻。

傳教士的枕上愛愛



1. 傳教士變化式隨手就能利用你臥室裡的工具，像是一你的枕頭。
2. 女生平躺，男生在上方，女生在臀部下方墊一個枕頭以提高插入角度。
3. 女生屁屁因枕頭可以抬得更高，GG能夠更深入蜜穴，頂到G點，蜜水直流。
4. 同時面對面的親暱，也能讓彼此距離變近，感覺更親密。
5. 枕頭有一點硬度更好，能夠更好提供支撐，穩定插入力道及角度，幫助更快地達到高潮並獲得額外的快感。

— 進階傳教士：貓式性愛 —



1. CAT (Coital Alignment Technique) 貓式性愛是傳教士體位的進階版。

2. 這個體位能夠刺激陰蒂，所以更有可能為女性創造性高潮。

3. 女生平躺，男生在上方，女生將雙腿合起並彎曲成90度，男生將屁股稍微抬高。

4. GG從較高的角度進入蜜穴，深入到最深處，同時摩擦G點、陰蒂。

背後式

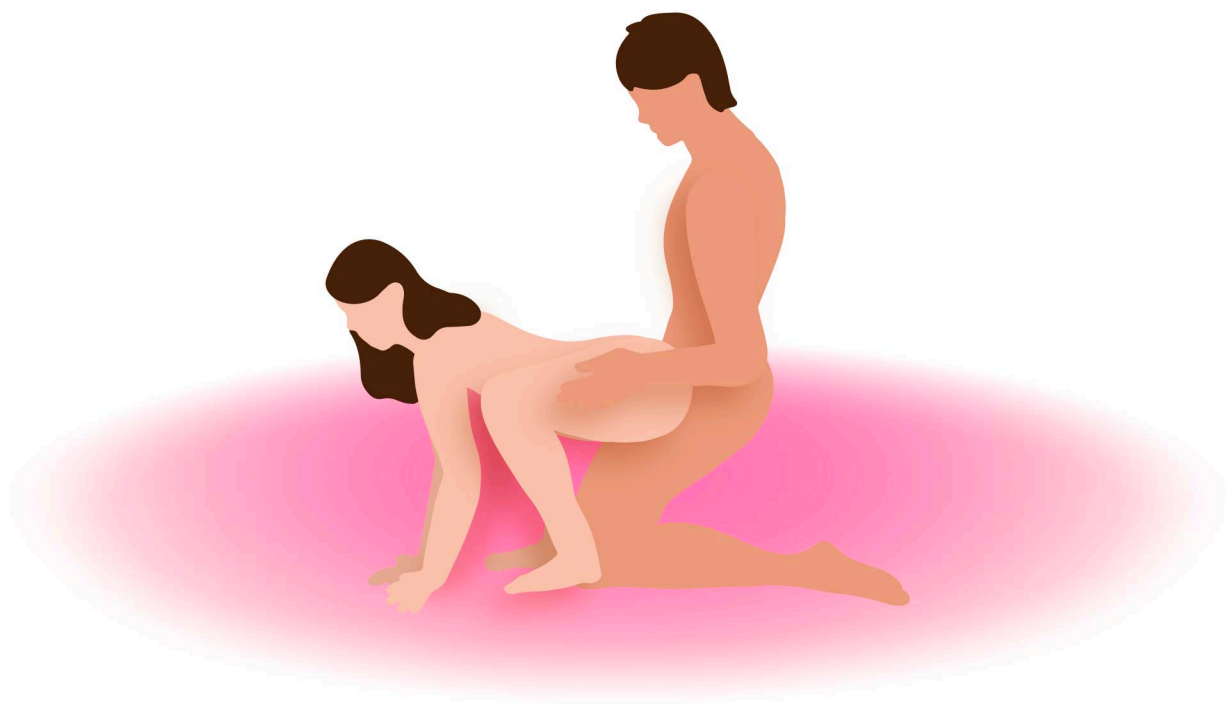


1. 女性採四足跪姿、雙腿微開。

2. 男性於女性臀部後方雙膝跪地。

3. 由後方進入女性私密處，進行美妙的愉悅性愛。

蛙跳背後式



1.

蛙跳背後式跟經典背後式很相似，最大的差別在於下方的女性不是採跪姿。

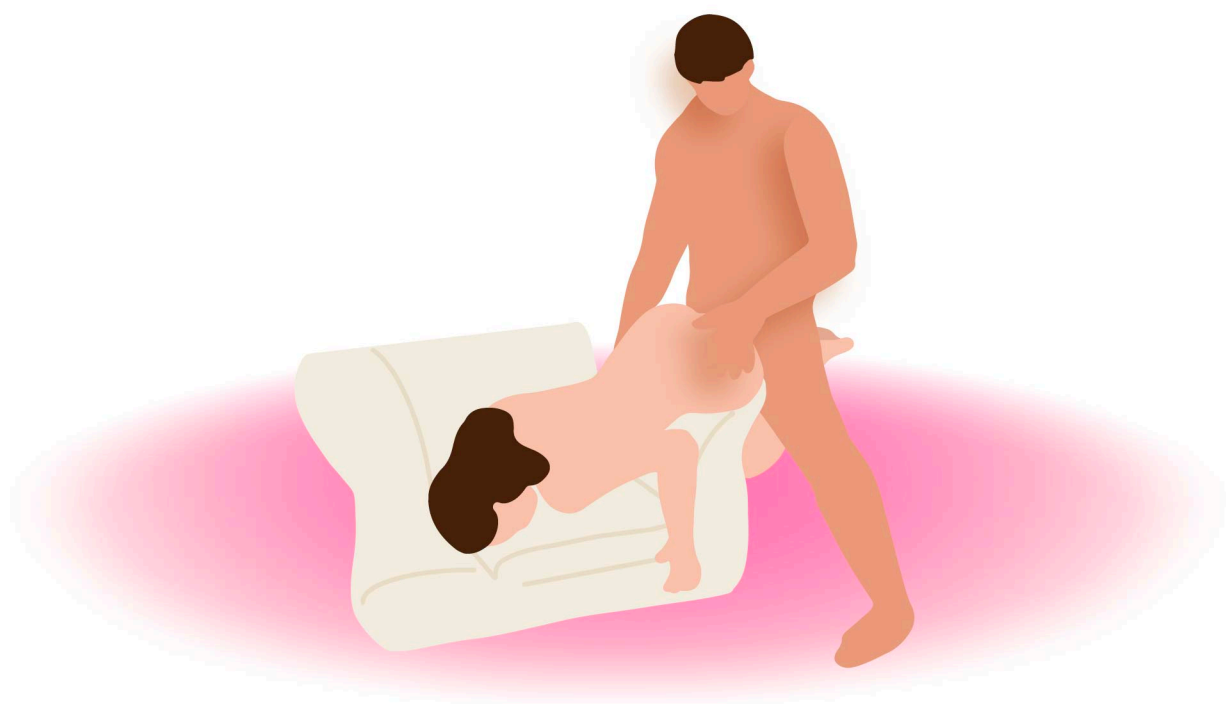
2.

女性的腳掌穩穩地紮跟於地板，男性可扶住女性臀部以協助平衡。

3.

在這個體位，發動攻勢者可以完全掌握節奏讓背後式更為刺激。

沙發衝浪者



1. 最好的性輔具也許就在你的家裡，是時候充分發揮沙發的功用了。

2. 在這個體位法中，下方的伴侶趴在沙發扶手處，而上方的伴侶抓住她的臀部。

3. 從這裡開始，已經準備好完美的角度，讓美好的性愛開始。

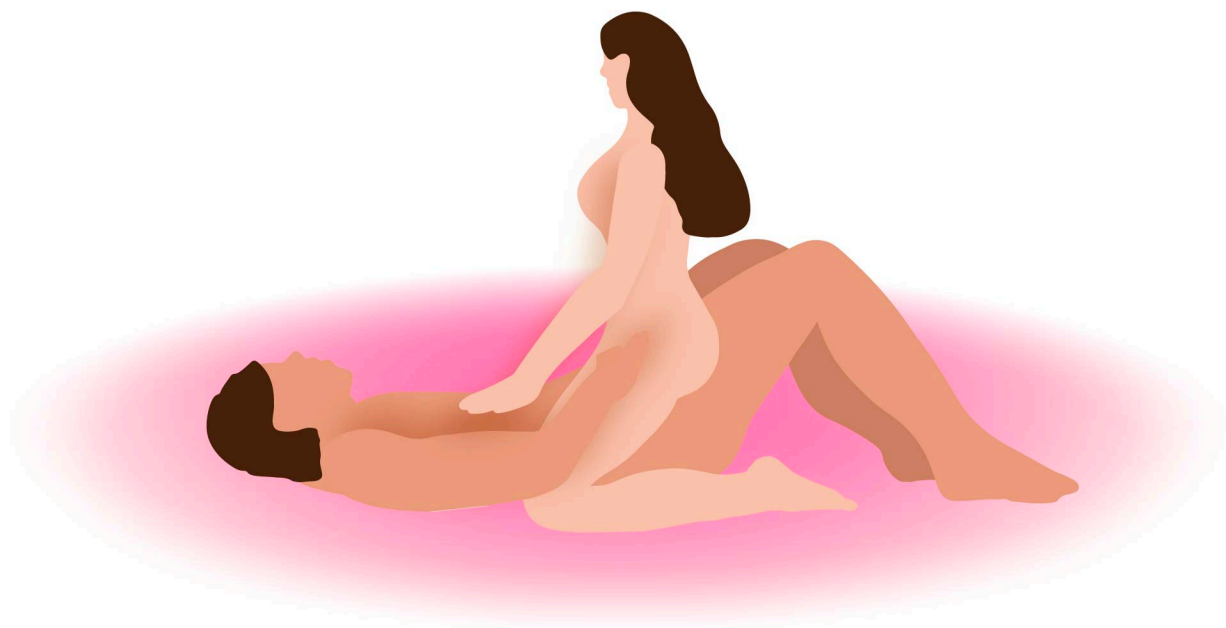
4. 如果要增加刺激，下方的伴侶可以將腳踝交叉，這能夠幫助陰道夾緊，緊縮骨盆底肌肉，讓GG感到前所未有的刺激。

抱睡背後式



1. 抱睡性體位式又是一個經典的體位。
2. 男性與女性採側睡躺姿，男性從背後環抱女性
3. 女性背部微微彎曲，翹出臀部。
4. 男性用手扶住女性前側骨盆穩定後以找到適合角度進入。
5. 這個姿勢最棒的是能讓你在交合時依舊能從背後或側邊親吻伴侶。
6. 是少數能夠兼顧親密與刺激的姿勢，因此，它也成為情侶之間鍾愛的性愛體位。

騎乘式



1. 男性仰臥，雙腿微微張開。

2. 伴侶跨坐在男性身上，面向男生的頭。

3. 然後，她可以按照自己的節奏慢慢讓陰莖進入自己。

3. 女性可以完全控制插入的角度和深度。

5. 從這一刻起，你們就可以開始同步行動，找到對你們雙方都舒服而愉悅的節奏。

—— 深蹲騎乘式 ——



1. 做法與經典騎乘式類似，只是在上位者不是跨坐在仰躺者身上，而是將腳底以深蹲的姿勢踩穩在床上。

2. 這個姿勢的好處是仰躺者可以抓住伴侶的屁股並深深地插入。

3. 因此，即使在上者位於頂部，仰躺者也可以控制速度和節奏。

4. 深蹲騎乘式也是使用情趣玩具的最佳選擇。建議加入陰蒂刺激的玩具，更容易帶來高潮。

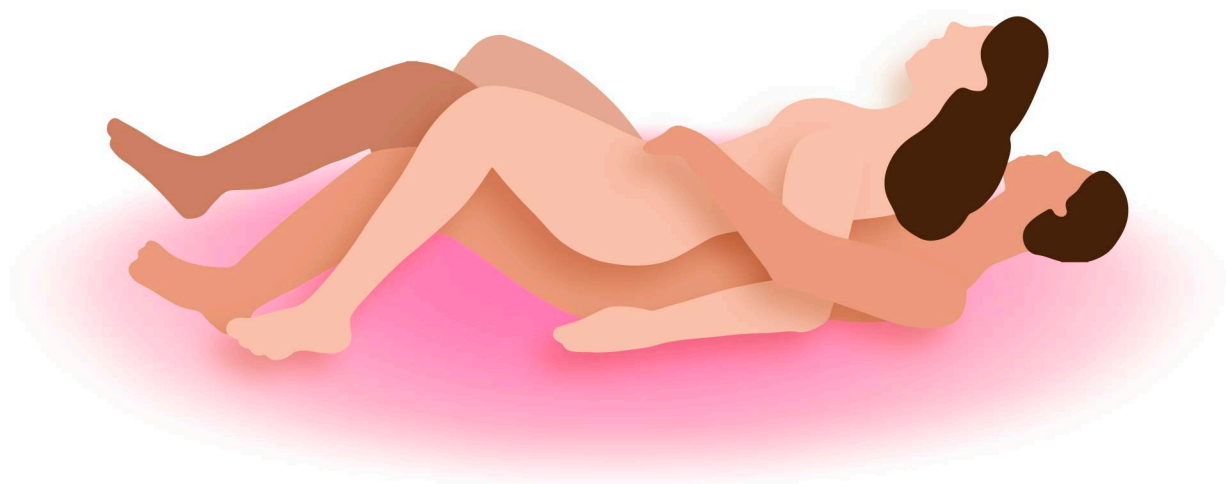
—— 反向騎乘式 ——



1. 這就像經典的騎乘式一樣，但是，在上位者不是面向仰躺者，而是背對著給予者。

2. 為什麼這個體位姿勢受到歡迎：因為美麗的誘人臀部一覽無遺，同時帶來不同角度的刺激，讓雙方都能感到更不一樣的快感。

—— 反向躺姿騎乘式 ——



1. 這個動作有些難度，先從反向騎乘式的動作開始。
2. 在上位者慢慢向後傾斜，直到她們的背部靠在仰躺者的胸部上。
3. 前臂放在仰躺者的兩側，保持膝蓋彎曲，也可以將腳放在床上。
4. 在抽插的同時，仰躺的一方還可以托起在上位者的乳房並玩弄他們的陰蒂。
5. 如果你的姿勢正確，你可以觸及多個敏感帶。

69體位

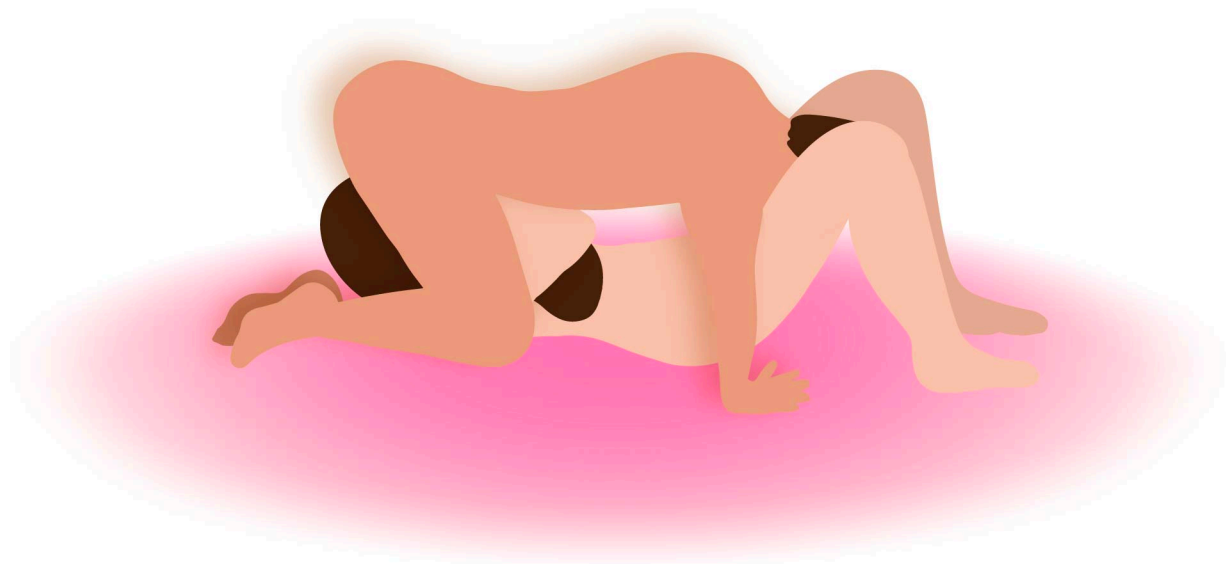


1. 通常男性仰躺，女性在上面並跨坐在男性身上。

2. 女生臉部面向男生的GG，調整位置讓女性的私密處位於男性的臉部正上方，讓彼此的嘴靠近對方的生殖器。

3. 專業提示：有時膝蓋和頭部下方可能會感到不適，建議在頭、膝蓋甚至屁股下面放一個枕頭。

—— 倒 69 式 ——



1. 與經典版本相同，但不是女人在上面，而是男人在上面。

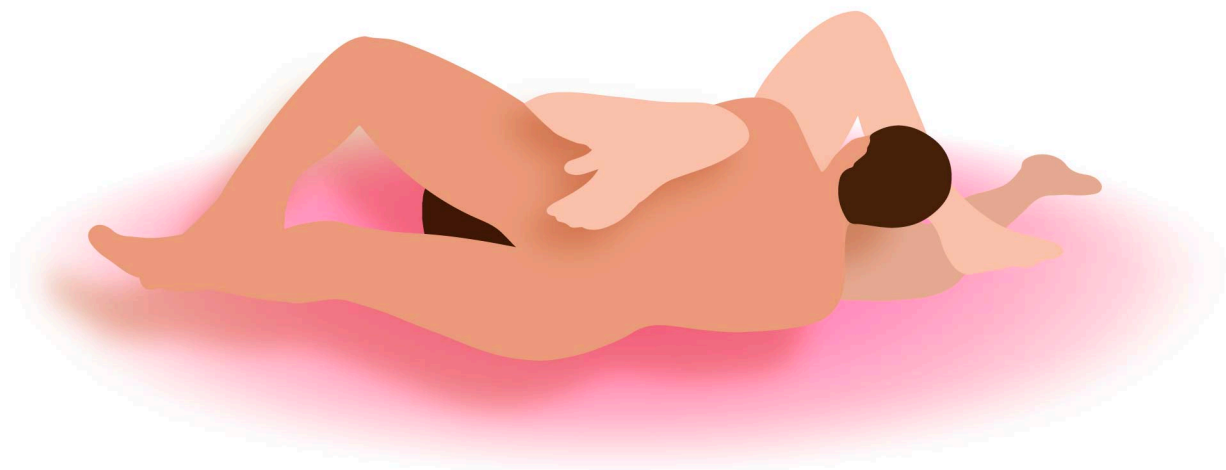
2. 此變化式的好處是倒 69 式比經典版更難一些些，為伴侶增加一些挑戰。

3. 如果伴侶想嘗試深喉，這會是一個嘗試的方法。

4. 男人在上位時，可以更好地控制插入能力，像是進入喉嚨的力道及深度。

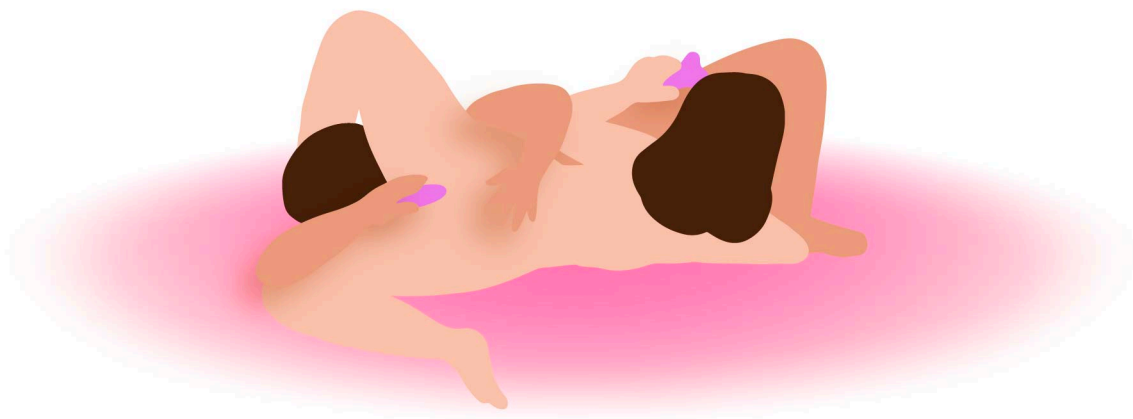
5. 如果你伴侶喜歡蛋蛋在他們的臉上，這將是另一種調情的方法。

—— 側 69 式 ——



1. 伴侶均側躺於床上，而不是一個人坐在另一個人上方。
2. 與經典式相同，臉部面向對方的私密處，準備進行口愛。
3. 此變化式的好處是如果你很難用經典的 69 式進行口愛，側 69 姿勢可能更適合您。
4. 側躺的角度會讓雙方更容易進行動作。
5. 對於經典版中處於上方者來說，側躺也耗費更少的力氣，因為在上面時，你會用膝蓋和手肘支撐，通常無法長時間處於這個姿勢。

—— 情趣玩具 69 式 ——



1. 採用經典或側 69 式。
2. 拿起你的伴侶最喜歡的情趣玩具給他們使用。
3. 同時你也拿起你最喜歡的性玩具讓他們用在你身上。
4. 陰蒂振動器和陰莖按摩棒非常適合這個位置。
5. 準備好了，就一起進攻。別忘了使用潤滑油！
6. 此變化式的好處是並非所有 69 式都需要用口愛來完成。使用性愛玩具也同樣有趣。
7. 使用玩具可以減少體力消耗，從而可以更加關注自己的感覺。

拱橋式



1. 拱橋式就像瑜珈動作當中的橋式一樣，女生仰臥，膝蓋彎曲，雙腳分開與臀部同寬。

2. 讓男生伴侶面向女生跪下。

3. 女生將頭貼平地板，抬起臀部，從膝蓋到肩膀形成一條直線。

4. 讓你的伴侶跪在你的雙腿之間，並進入你的身體。

5. 小提醒，男生可以在推力時抓住女生的臀部以保持穩定性和控制力，幫助女生維持平衡。

—— 交叉拱橋式 ——



1. 與經典拱橋式相同。

2. 但如果你核心力量佳，想要讓難度更加提升，尋求更強烈的快感。

3. 做拱橋式動作的伴侶可將兩腿纏繞在對方的臀部。

4. 男生扶住女生的腰部以維持平衡。

5. 接下來男生則慢慢展開進攻，享受升天快感。

—— 懶人拱橋式 ——



1.

如果真的很想嘗試拱橋式，但是又怕核心不夠力，那就利用家裡環境吧。

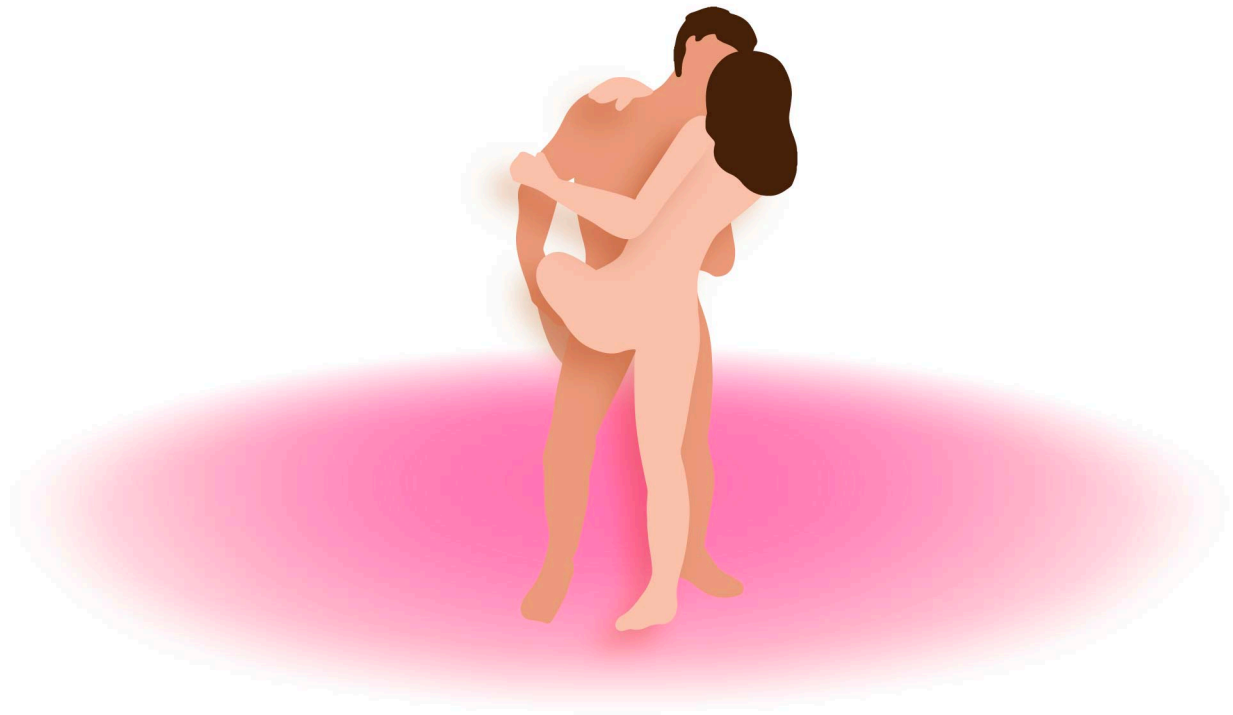
2.

找到高度適合的穩固桌子，或是專用的性愛椅。

3.

女生可在臀部下墊枕頭讓其抬高，並用雙腿纏繞伴侶，讓拱橋式更加輕鬆。

—— 芭蕾舞者式 ——



1.

芭蕾舞者式是一種輕鬆的站立性愛姿勢。

2.

首先女生抬起一條腿，無論是左腿還是右腿。

3.

然後將這條腿盡可能抬高至伴侶臀肌或下背部上方。

4.

女生可以勾住伴侶的脖子或肩膀來穩定自己。

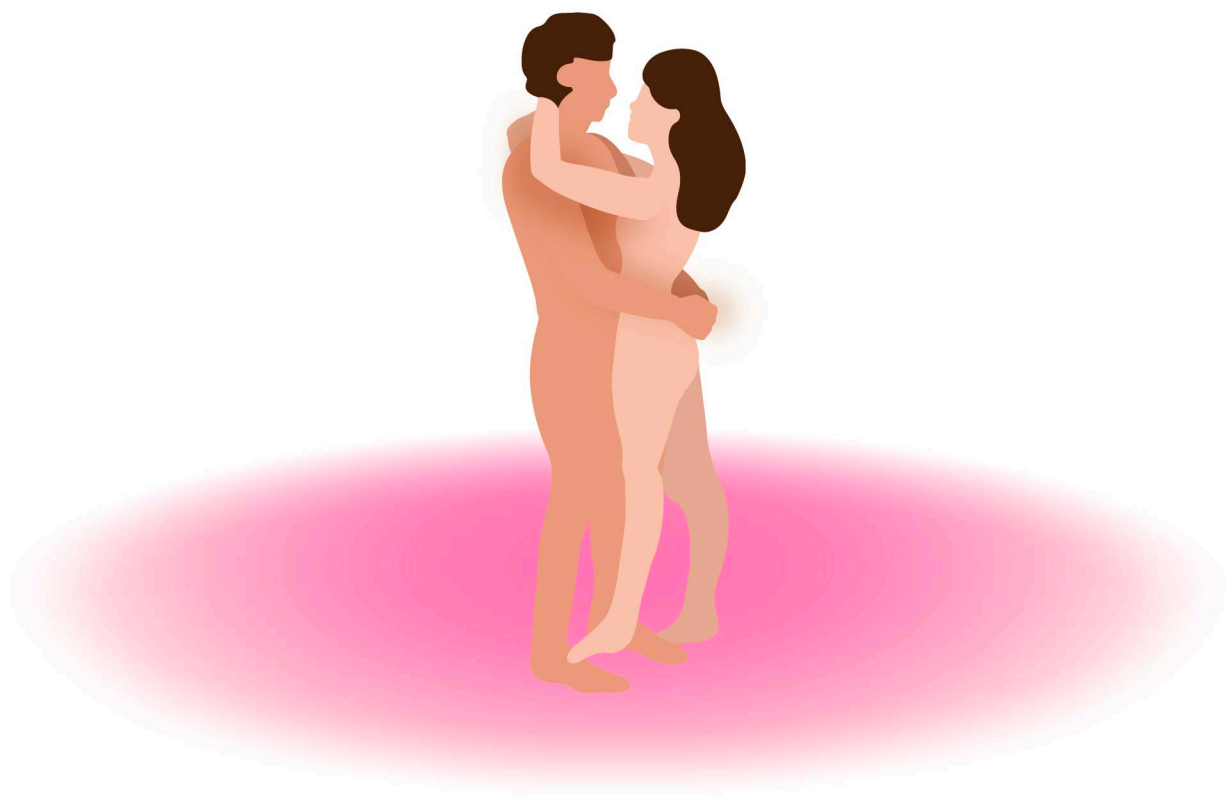
5.

男生則可以協助抬住你的腿來支撐你的平衡。

6.

小撇步：建議可以在牆邊進行，身後有一道牆，對於正確執行芭蕾舞者式是很有幫助的，這可以為伴侶提供很大的支持與安全性，以防力量或穩定性不夠。

慢舞



1.

與經典的芭蕾舞者式相同，但女生無須抬腿。

2.

比起激情的進入對方身體，在這個性愛姿勢中更重視的是目光交流。

3.

緩慢的移動與身體接觸，就像跳一隻慢舞，感受每一處肌膚的微小刺激。

剪刀式



1. 女生側躺讓男生更加「深入」

2. 女生上側大腿擺放於男生的大腿上，兩人四腿呈十字交錯如同剪刀般打開