

カッフル講習中級講座

テキスト

(株)エヴァコミュニケーションズ

第一版

著者:アダム徳永

カップル講習中級講座

■1 髪の毛の愛撫



◆髪の毛は女性の象徴

見ず知らずの男性に髪の毛を撫でられると怒りの伴う不快感を覚える。

愛する男性から愛撫されることで喜びを感じる繊細なパーツ。



◆髪の毛を撫でる手の形

頭の頭蓋骨とピタッと合う手の形状にする。



◆髪の毛の撫で方

- 1) 顔側面の縦と頭頂の横の交わる交点から10センチ上空に手を位置する。
- 2) そっと手を下し髪の毛に手の平を当てる。

※手から放射される気を毛根に当てるイメージでおこなう。



- 1) 手で髪の毛を包みこむようにして撫で下す。
- 2) 最後に中指が首の側面を1センチほどかすめるようにアダムタッチする。

■2 アダムタッチ顔



顔は自分を象徴する場所。
見知らぬ男性に撫でられると髪の毛同様に
怒りを伴う不快感を感じる。
愛する男性に愛撫されることで喜びを感じる。



- 1) 人差し指と中指を揃える。
- 2) 手の面を顔の面と平行にして顎に指を添える。



- 3) 顎からアダムタッチをスタートする。



- 4) 頬に指を上げていく。
- 5) 指を耳の横に動かす。
- 6) 指を顎に下す。

※2回～3回繰り返す。



キスをしながらおこなうとさらにセクシー。
女性を深く官能の世界に誘う。

■3 アダムタッチ首周辺



- 1) あごの下側をアダムタッチする。

※人差し指と中指を揃えて愛撫する。
細長い楕円を描く。
ほぼ前後に動かす形になる。



- 2) 首の側根面をアダムタッチする。
髪の生え際を縦に楕円を描く。



- 3) 胸鎖乳突筋周りをアダムタッチする。
首を斜めに楕円を描く。



- 4) 肩の峰をアダムタッチする。
感じる性感帯で丁寧に愛撫する。



- 5) 鎖骨をアダムタッチする。
鎖骨の上部。
鎖骨そのもの。
鎖骨の下部。
2～3回往復しながら下に移動する。

■4 脇と首筋と耳の愛撫



- 1) 右脇の下を舐める。
チロチロと舌先で舐めるより
ねっとり舌の質感を伝えるイメージで
舐める。



- 2) 首筋を舐める。
下から上に向かって舌先で舐め上げる。
唾液があまりつかないように留意する。
唾液臭を避ける。



- 3) 耳核を舐める。
耳の突起する耳核をチロチロと舐める。
舐める音を出さないように留意する。
耳の穴をベロベロ舐めるのは厳禁。



- 4) 耳たぶをバイトする。
下の歯を唇でカバーし上の歯とで噛み
下方方向に引っ張り下す。

■5 リックの効果的場所



- 1) 鼠径部を舐める。
ハイレグのパンティーラインを下から舐め上げる。
舌の中央でねっとりと舐めるのがポイント。
柔らかい舌の質感を感じてもらう。
左右を2回連続で舐め上げる。



- 2) 背中を舐める。
うつ伏せのときのタイミングで舐める。
下から上に向かって長いストロークで舐めるのがコツ。
舌の中央でねっとりと舐め上げる。
左右の背筋をそれぞれ舐める。



- 3) 耳核を舐める。
うつ伏せのときに上から覆いかぶさるようにして耳核をチロチロと舐める。
唾液が垂れないように注意する。



- 4) 臀部割れ目を舐める。
臀部の割れ目側面を下から上に舐め上げる。
際どい場所ゆえに興奮を誘うことができる。



- 5) アナルを舐める。
素晴らしい性感帯。
羞恥心を解放する究極の場所。
一緒にお風呂に入ったときに入念に洗ってあげる。

■6 バイトの効果的场所



- 1) 右手の平甲にバイトする。
手根の筋肉のあるところを噛む。
演出として噛みながら皮膚を引っ張り離す。



- 2) 右前腕をバイトする。
両手で前腕を持ってトウモロコシを食べるように口を大きく開けて噛む。
最後皮膚を引きちぎるように引っ張り離す。



- 3) 左上腕をバイトする。
抱きかかえのタイミングで噛む。
腕の骨を噛まないように気を付ける。
上腕の筋肉を噛む。



- 4) お腹をバイトする。
おへその下側の脂肪のある下腹部を噛む。
平坦な場所なので一度口を大きく開けてお肉を吸い込みながら軽く甘噛みする。



- 5) お尻をバイトする。
お尻のお肉を甘噛みする。
口を大きく開けて歯を押し込むようにして噛む。
左右両方の臀部を噛む。
流れとしてはキスしてリックしてから噛む。

■7 スクラッチの効果的な愛撫



◆スクラッチの秘訣と効果

- 1) 手を熊手にして爪を垂直に立てる。
- 2) 押すか引いてスクラッチする。
- 3) 筋肉に沿ってスクラッチする。
アダムタッチと繊細な刺激に対して不意を衝く感じでアダムタッチすると動物的本能が引き出されえも言われぬ快感がもたらされる。



- 1) 脛にスクラッチする。
抱きかかえの状態にスクラッチする。



- 2) 太ももにスクラッチする。
抱きかかえの状態にスクラッチする。



- 3) 臀部にスクラッチする。
抱きかかえの状態にスクラッチする。
押して半円をスクラッチ。
引いて半円をスクラッチ。



- 4) 脛・太ももをスクラッチする。
添い寝の状態にスクラッチする。

■8 添い寝での複合愛撫



1) 乳首を舐めながら脇腹にアダムタッチをする。



2) 乳首を舐めながら足の甲をアダムタッチする。



3) 乳首を舐めながら脛をアダムタッチをする。
ときどきスクラッチを入れる。



4) 乳首を舐めながら太ももをアダムタッチする。
ときどきスクラッチ入れる。



5) 乳首を舐めながら臀部をアダムタッチする。
ときどきスクラッチする。

■9 キスと乳首舐めとアダムタッチの同時愛撫



1) キスをしながら乳房にアダムタッチをする。



2) キスをしながら乳首を指で愛撫する。

- ・乳頭のアダムタッチ
- ・エッジつぶし
- ・バイブレーション
- ・ピンチ



3) 乳首を舐めながら脇腹をアダムタッチする。



4) 乳首を舐めながら腹部をアダムタッチする。

- 下腹部→中腹部→上腹部と
丁寧にアダムタッチする。



5) 乳首を舐めながら乳房のアダムタッチをする。

6) 乳首を舐めながら乳首を指で愛撫する。

■10 乳首舐めながらの片手クリトリス愛撫



◆乳首を舐めながらの片手クリトリス愛撫

習熟が必要で一番難易度の高い愛撫。
手探りでクリトリスを確認する必要がある。
ポイントがずれたら何の効果もない。



- 1) 前腕を立て肘を上にする。
- 2) 親指を恥骨のエッジに宛かき皮膚を上を引き上げる。
- 3) クリトリスの皮を引き上げて剥く。
- 4) 中指を膣口に宛かかって3センチ上げる。



- 5) クリトリスの位置を指で確認する。
- 6) 中指の第二関節を折り曲げて指腹を上下に動かす。
- 7) クリトリスを起点に上下1センチずつ指を動かす。



◆キスしながらの片手クリトリス愛撫

唇や頬にキスしたり耳核をなめたりしながらおこなう。
技術的に難しいテクニック。
しかし女性の満足度は高い。



- 1) 手根を恥骨に当てがき皮膚を上を引き上げる。
- 2) クリトリスの皮を剥き上げる。
- 3) 上記同様の手順でクリトリスを愛撫する。

■11 AG スポットの愛撫



◆AG スポットの愛撫について

AG スポットは極上の性感帯ですが個人差があります。女性によって感じる人と不快に思う人もいます。この愛撫に関しては女性に聞きながら行ってください。



- 1) 女性の足を M 脚にする。
- 2) 女性器に真正面に対する。
- 3) 前腕をベッドに平行になるように位置する。
- 4) 一指し指をゆっくりと膣に挿入する。



- 5) 指を真っすぐに注意深く挿入する。
- 6) 指を根本まで入れる。



- 7) 指を伸ばしたまま指腹を恥骨の裏に当てる。
- 8) ゆっくりと圧を加える。
※圧の力は新書本を3冊指でもって振っても落ちないぐらいの圧力。



- 9) 指腹を3センチほど離す。
- 10) また指腹を恥骨裏に圧を加える。
- 11) リズミカルに指を動かす。

■12 Tスポットの愛撫



◆Tスポットの愛撫について

TスポットはAGスポットよりも高感度な性感帯。AGスポットより簡単に愛撫できる。ただ個人差があり反応を聞きながらおこなう。無理強いはしない。



- 1) AGスポット愛撫の流れでおこなう。
- 2) 恥骨に指を当てたまま左膝に手を置当てる。
- 3) 左膝を右側に倒す。



- 4) 足首を押さえて女性の態勢を固定する。
- 5) カラダの向きを整える。



- 6) 腰の水平線から指先が30度になるように位置する。
- 7) 指と手の甲と腕を直線にする。



- 8) 真っすぐに伸ばした指を前後させる。
- 9) 指先に当たった膈壁にバイブレーションをかける。
- 10) 指は恥骨と平行になるように動かす。
※秘訣は肘を4センチ前後に動かすイメージ。

■13 女性からのアプローチ



◆手によるペニス愛撫

女性は男性に対峙しペニスにオイルを塗布して愛撫する。



◆素股でのペニス愛撫

- 1) 男性にまたがり小陰唇をペニスに擦りつけながらマスターベーションをするように快感を自ら求めて腰を動かす。



- 2) 女性は片腕を後ろにつき、上体を傾ける。ペニスを小陰唇に当てながら上下に腰を動かし快感を貪る。



◆フェラチオの愛撫

歯を当てないように注意しながらペニスの亀頭を口で愛撫する。



◆69での相互性器愛撫

フェラチオの流れでそのまま69の態勢に移行する。フェラチオしながら口をペニスから離さず69になるとより刺激的になる。

■14 体位の横展開



- 1) 対面上体立位
横展開において基本この対面上体立位からスタートする。



- 2) 横向け上体立位①
女性の右足を左に揃え骨盤を45度に傾ける。



- 3) 横向け上体立位②
女性の姿勢を完全に横向けにし骨盤を90度を立てる。



- 4) 股交差上体立位
女性の左足を伸ばして股を交差する。



- 5) 股交差側位
男性は上体を倒して側位になる。



6) 側位後背位

男性の右足を抜いて女性の体を横に向ける。
男性は後ろ側から女性と交接する。



7) うつ伏せ後背位

女性をうつ伏せにしながら男性は密着して
交接する。



8) 後背位

うつ伏せの状態からタイミングを合わせて
後背位に移行する。



9) 上体そらし後背位

男性は両腕を後ろに着き上体を反らす。



10) 上体立位後背位

女性の腕を引き寄せて女性の上体を立てる。

■14 女性主導の騎乗位



1) 基本の騎乗位

恥骨を前後させて腰を振るようにして動かす。
子宮頸部とペニスが捏ね合うことで快感が
もたらされる。



2) 前傾騎乗位

女性は両腕を前につき斜め前後に動く。



3) 密着騎乗位

女性は男性に覆いかぶさり
腰を上下に動かしながら腰を振る。



4) 膝たち騎乗位

膝を立て足の裏を密着させて上下に動く。
ないしは腰を前後にスライドさせて動く。



5) 上体反らし騎乗位

女性は両腕を後ろにつき上体を反らす。
腰を斜め上下に腰を動かす。



- 6) 側面騎乗位
ペニスを抜かないでそのまま横向きに移動する。
その状態で上下にピストン運動する。



- 7) 背面騎乗位
男性に背を向けての騎乗位。
膝に手を置くと痛みを与えるので要注意。



- 8) 膝立て背面騎乗位
膝を立てて上下に動く。



- 9) 前傾背面騎乗位
女性は両腕を前につき上下に腰を動かす。



- 10) 上体反らし背面騎乗位
女性は両腕を後ろにつき腰を上下に動かす。

■15 中級レベルのローセックスの流れ

◆男性側からの女性への愛撫



1) 背中のパームタッチ



2) 背中のアダムタッチ



3) 髪の毛の愛撫



4) 顔のアダムタッチ



5) シータ波導入キス
アダムキス → ビギニングキス → サウンドキス



6) 首周りのアダムタッチ
あごの側面 → 首の側面 → 鎖骨3か所



7) 脇腹・腕のアダムタッチ
脇腹 → 腕の側面 → 手の平 → 前腕 → 二の腕 → 脇腹



8) 耳周辺の愛撫
首のキス → 首のリック → 耳たぶのバイト → 耳核リック



9) 背中と下腿のアダムタッチ
仙骨 → 背中 → 肩甲骨 → 足の甲 → 脛 →
太もも → お尻



※アダムタッチしながらのスクラッチを時折入れる。



10) 乳首舐めながらの複合愛撫



11) 上体前面のアダムタッチ
下腹部 → 上腹部 → 乳房

12) 乳首の愛撫
エッジ潰し → バイブレーション → ピンチ



13) キスしながらの愛撫
腹部のアダムタッチ → 乳房のアダムタッチ → 乳首愛撫



14) 乳首を舐めながらの愛撫
腹部のアダムタッチ → 乳房のアダムタッチ → 乳首愛撫



15) 乳首を舐めながらの女性器愛撫
小陰唇 → クリトリス

16) キスしながらの女性器愛撫
小陰唇 → クリトリス



17) 腹部のリックとバイト
腹部のキス → 腹部のバイト → 鼠径部のリック



18) 対面での指のクリトリス愛撫



19) クンニリングス
縦舐め → 横舐め → 縦舐め →



20) AG スポット愛撫

21) T スポット愛撫

このテキストは(株)エヴァコミュニケーションズのオリジナルコンテンツです。
他に転用・流用することを禁じる。
また無断でコピーし他者に配布することを禁ずる。

(株)エヴァコミュニケーションズ