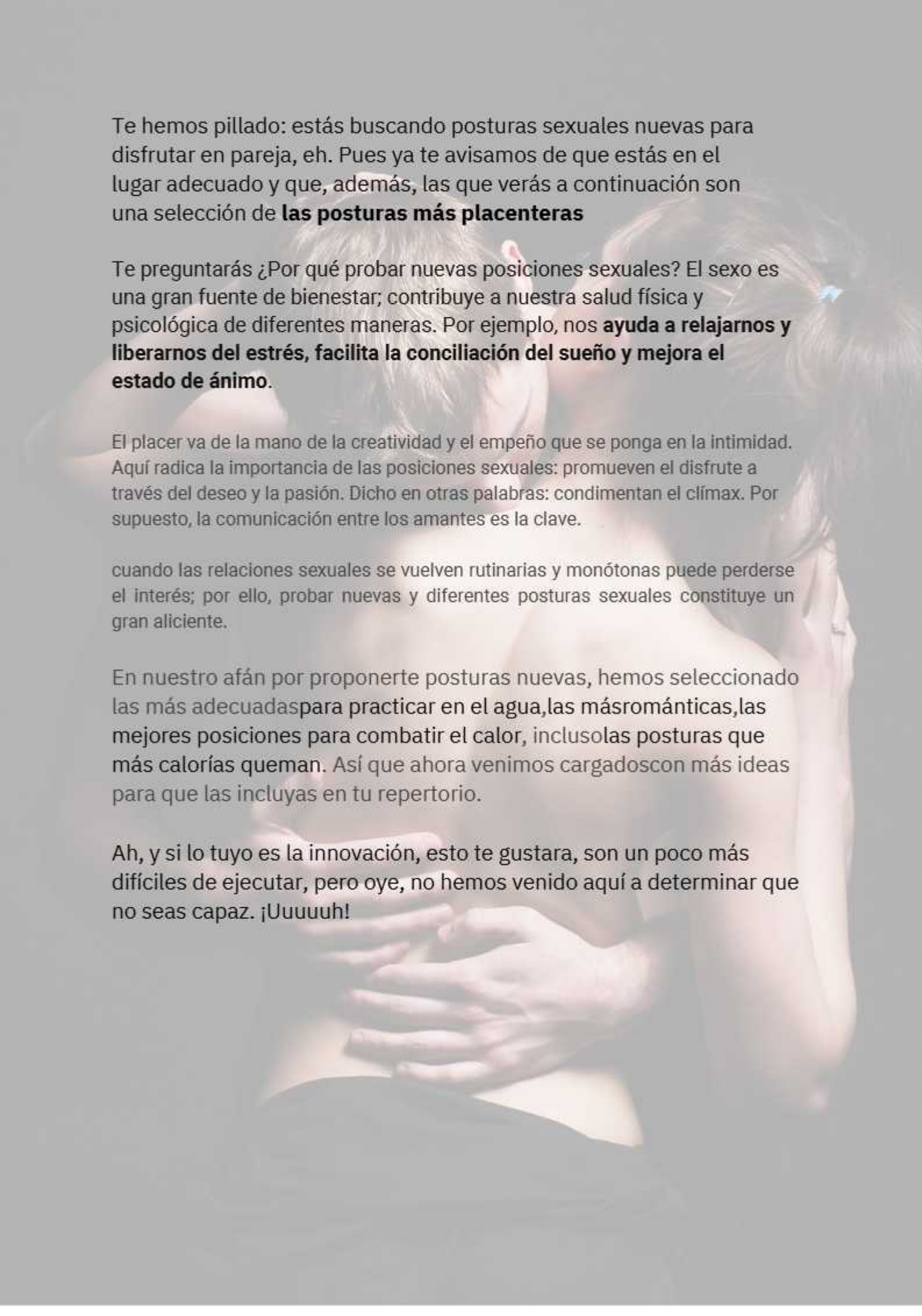


100 POSTURAS MAS PLACENTERAS



**PARA VOLVER LOCA
A UNA MUJER EN LA
CAMA...**



Te hemos pillado: estás buscando posturas sexuales nuevas para disfrutar en pareja, eh. Pues ya te avisamos de que estás en el lugar adecuado y que, además, las que verás a continuación son una selección de **las posturas más placenteras**

Te preguntarán ¿Por qué probar nuevas posiciones sexuales? El sexo es una gran fuente de bienestar; contribuye a nuestra salud física y psicológica de diferentes maneras. Por ejemplo, nos **ayuda a relajarnos y liberarnos del estrés, facilita la conciliación del sueño y mejora el estado de ánimo.**

El placer va de la mano de la creatividad y el empeño que se ponga en la intimidad. Aquí radica la importancia de las posiciones sexuales: promueven el disfrute a través del deseo y la pasión. Dicho en otras palabras: condimentan el clímax. Por supuesto, la comunicación entre los amantes es la clave.

cuando las relaciones sexuales se vuelven rutinarias y monótonas puede perderse el interés; por ello, probar nuevas y diferentes posturas sexuales constituye un gran aliciente.

En nuestro afán por proponerte posturas nuevas, hemos seleccionado las más adecuadas para practicar en el agua, las más románticas, las mejores posiciones para combatir el calor, incluso las posturas que más calorías queman. Así que ahora venimos cargados con más ideas para que las incluyas en tu repertorio.

Ah, y si lo tuyo es la innovación, esto te gustara, son un poco más difíciles de ejecutar, pero oye, no hemos venido aquí a determinar que no seas capaz. ¡Uuuuh!

1 - Postura Kamasutra: Amazonas al revés

La postura de Kamasutra 'Amazonas al revés' es una postura cómoda. Pídele que se suba encima de ti de espaldas, llevando tus brazos hacia atrás para tener un punto de apoyo. Tus piernas juntas entre las suyas le proporcionarán más placer y, si tu pareja sexual es habilidosa, podrá incorporarse un poco y acariciarte el clítoris.



2- Sobre una silla

Esta es una de las posturas kamasutra con la que más contacto visual tendrás, por lo tanto, más intimidad.

Siéntate en una silla y pídele que se suba encima de ti rodeándote con tus piernas. Ella se apoya en el suelo o en los refuerzos de la silla para poder subir y bajar con facilidad. Esta posición le encanta a ella ya que podrá estimular muy bien el clítoris ya que su vientre y sus genitales estarán en contacto todo el tiempo contigo. Tu pareja podrá acariciarte, abrazarte y besarte con facilidad, 'yassss'.



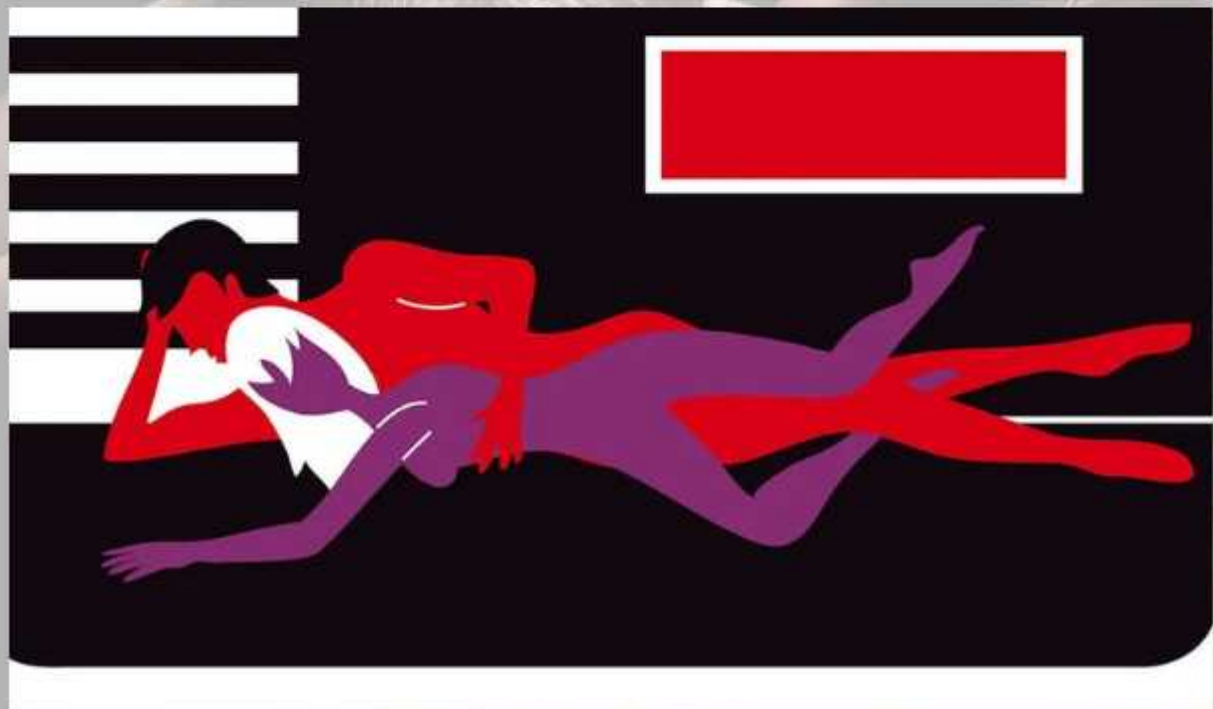
3 - La tabla de surf

Acuéstate debajo de ella con las piernas juntas. Apoya tus brazos en su costado y cómele a besos mientras la penetra lentamente. Acelera el ritmo con tu cadera ayudándote de pies y brazos. Es una postura sexual donde el contacto es casi total.



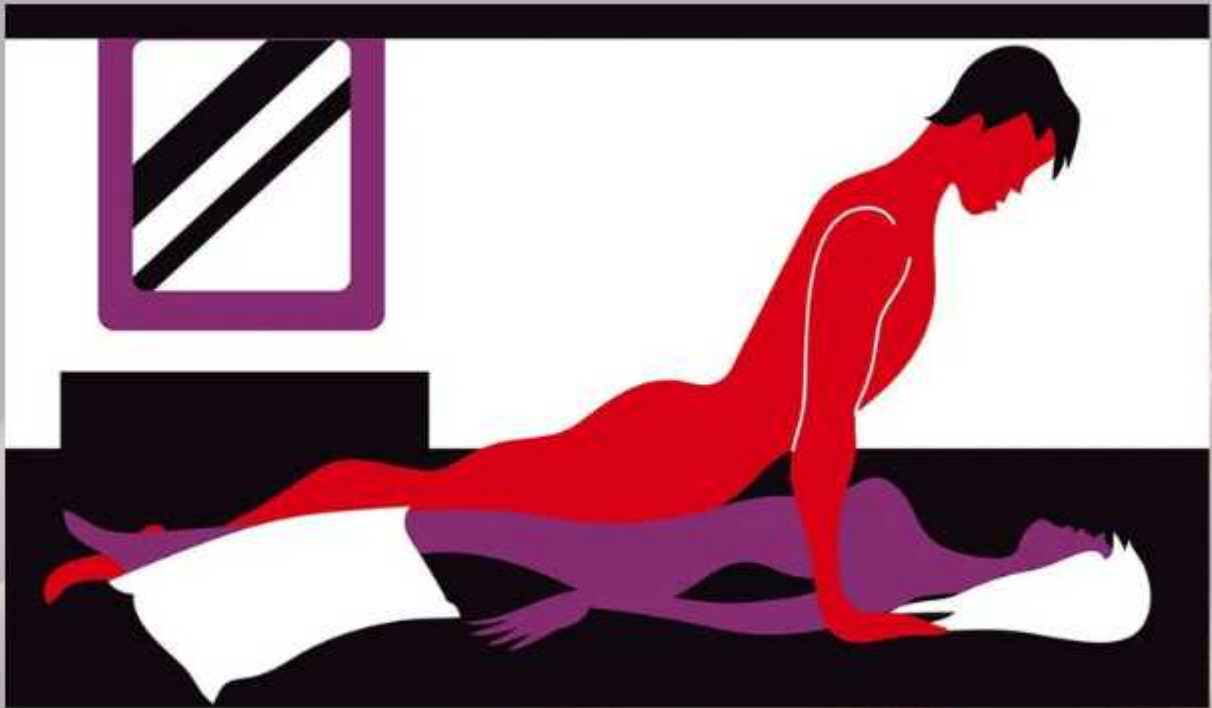
4- De lado

De entre todas las del repertorio, las posturas sexuales de lado no son tan populares, pero son geniales para que le puedas acariciar el clítoris, que queda despejado. Además, podrás tocarle las tetas 'uhmmm'.



5- ¡Arriba!

Ahora eres tú quien toma el mando. Junta las piernas para que tu pene ejerza mayor presión en su vagina y mirala a los ojos mientras le haces el amor.



6- El balancín

Los dos cruzan sus piernas de manera que sus genitales puedan tener contacto, y apoya los brazos por detrás de la cabeza. Pueden echar la pelvis hacia adelante y hacer una curva con el cuerpo hacia atrás, ¡es muy excitante!



7-En equilibrio

Para esta postura sexual tendrás que ponerle una almohada para que no se haga daño en la espalda. Tú debes estar de rodillas, cogele las piernas y pon sus tobillos en tus hombros. Tendrás el control del ritmo, por eso, aquí la idea es que ella pueda ¡relajarse y disfrutar!



Las mejores posturas para practicar sexo anal

si quieres ir un paso más allá y adentrarte con tu persona de lleno en el universo del sexo anal, debes practicar estas 10 posiciones

Estas diez posturas, encontrarás algunas que resultan tan sencillas de ejecutar, que necesitarás usar más lubricante para ella de lo habitual. Esto ocurre porque la penetración es muy fácil, por la exposición del ano, por lo que es importante que la zona esté lubricada, así se evitarán posibles (esto no quiere decir que seguras) molestias o incluso pequeñas fisuras.

También, es importante recordar que existen muchas formas de sexo anal, no únicamente por penetración. "Por ejemplo, se puede estimular el ano con la lengua y los labios: a esto se le llama 'beso negro' y resulta muy placentero para muchas personas. También se

puede estimular el ano y la zona perianal con los dedos, realizando suaves caricias que sirvan para jugar y activar la zona.

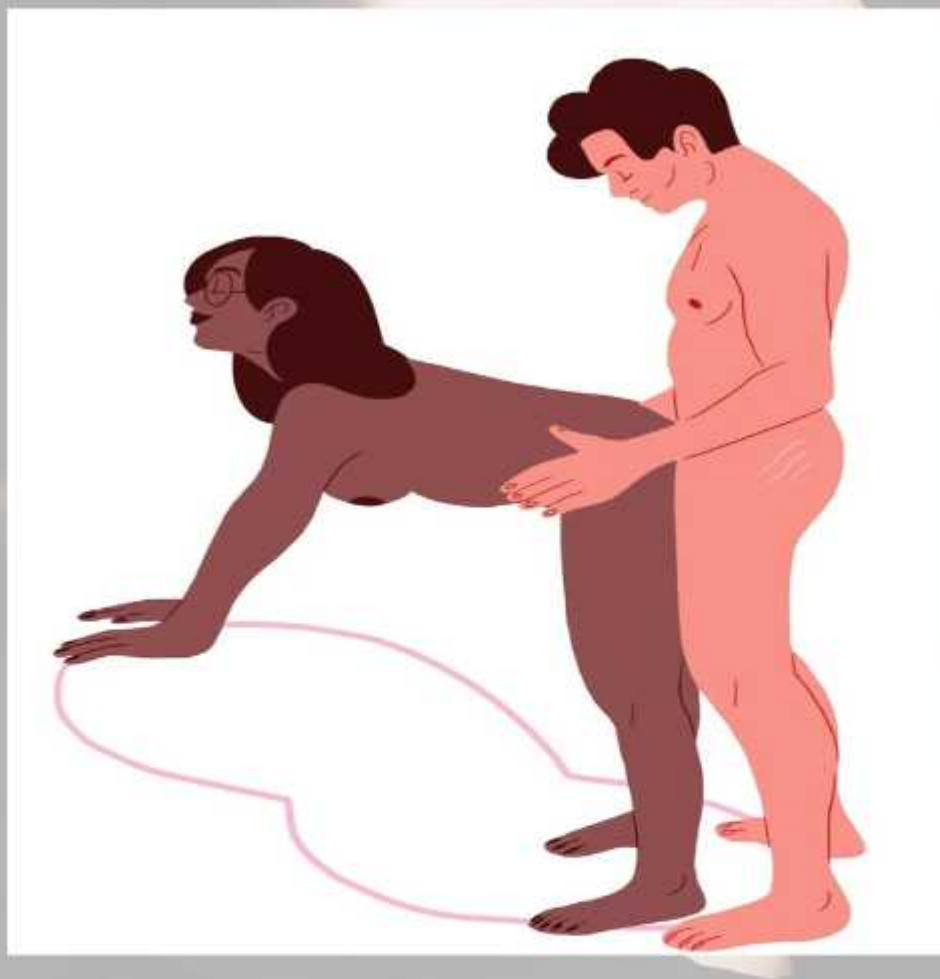
8-El chill

Se llama así porque es una postura que invita a no tener ninguna prisa y disfrutar del momento estableciendo, a la vez, una intimidad más vinculante gracias a la cercanía con la pareja y la libertad de las manos, que se pueden usar para estimular otras zonas.



9 - El clásico

Es la postura más fácil y la que mejor deja expuesta la zona para que sea estimulada. La mujer se apoya en una superficie mullida para estar más cómoda y hacerlo con mucho lubricante para que la experiencia sea más placentera.



10 - La cómoda

En esta, la persona que recibe poco tiene que hacer. Ella debe estar tumbada sobre la cama, eres tú quien toma el control y ella disfrutara demasiado. Para mayor comodidad, Pon una almohada o cojín en el que ella pueda apoyar los brazos.



11- La 'cowgirl'

Poco te podemos explicar sobre esta. Eso sí, el control lo toma ella, así que ella buscará puntos de apoyo, como su pecho o cojines. Consejo: también puedes llevarla a la práctica al revés, de manera que ella te este dando la espalda a tu pareja.



12- El 'dopplebanger'

Con esta postura en la que adoptan la misma posición, se fundirán en uno. Para aportar mayor morbo a la situación, usa un vibrador, las sensaciones se multiplicarán por mil.



13- El 'mood' arriba

Esta postura deja la zona anal de ella muy expuesta, pues se consigue 'a cuatro patas' y con la espalda arqueada, así que ella tiene que estar en buena forma para aguantar. Consejo: durante la penetración,

pídele que se mueva para encontrar el ángulo con el que mejor sienta la embestida, así llegará al orgasmo más fácil.



14-El profundo

Con esta postura, ella estará sentada sobre la ti, la profundidad que se alcanza es muy destacable. Ella lleva el control, así que prepárate para verla por detrás moviéndose.



A photograph of a man and a woman embracing from behind. The man is on the left, leaning towards the woman on the right. They are both shirtless. The woman's hair is tied back. The man's hands are resting on the woman's back. The background is a plain, light color.

15- El 'siempre te querré'

Esta postura toma su nombre de la complicidad que se establece al hacerla, de pie, abrazada desde atrás y con la capacidad de usar las manos en otras zonas erógenas para potenciar el placer.



16- La cucharita

La más 'cursei' de todas, esta postura permite establecer un vínculo especial porque, tras terminar, invita a continuar en esa posición, abrazados. Consejo: al igual que ocurre con el 'dopplebanger', con esta se pueden usar también juguetes que permitan disfrutar de otras zonas.



17 - La inmersión

Con esta es con la que se consigue la mayor profundidad. Para potenciar las sensaciones, se recomienda usar mucho lubricante, porque la penetración es muy fácil y, si la zona no está bien lubricada, puede causar cierta molestia.



Las 10 mejores posturas sexuales para penes pequeños

En caso de que no lo tenga tan grande como esperabas, que no cunda el pánico, estas posturas te van a ayudar a sentir mejor su pene.

Según el '**kamasutra**' (esa guía antigua de relaciones y sexo de la India, o lo que podemos denominar como una versión muy temprana de Cosmo pero en sánscrito y con menos referencias a juguetes sexuales), los penes se clasifican como **liebres** (los que son de micro a pequeños), **toros** (la categoría media) y **caballos** (la categoría '¿¡perdona-qué-es-eso-que-tienes-ahí!?). Y las vaginas son **ciervos** (pequeñas), **yeguas** (medianas) o **elefantes** (grandes). Y cada combinación se presta a diferentes posturas con las que se puede gozar más.

Por cierto, no tengas miedo de comunicarte con tu pareja y tratar con naturalidad el hecho de que necesitan algún tipo de estimulación adicional o posturas concretas para disfrutar más de la penetración, de esta forma generas un vínculo más sólido y la relación se definirá por la falta de tabúes entre los dos. Lo importante, en el fondo, es que los dos disfruten, y cuantas más maneras encuentren para ello, mejor y más satisfactoria y potencialmente longeva será su vida sexual, ¿no crees?

Y ahora al grano: ¡apunta estas posturas y hazlo!

18- Por atrás



Si te interesa el sexo anal, pero nunca lo has probado, es el momento. Será más fácil para los dos (además, tú sentirás más placer también). Mientras están en el tema ella puede abrir las piernas como en la ilustración y usar un vibrador.

19 - El acto falso



En una postura que se presta a la penetración, pasa de esta cuestión y prueba a lubricar sus genitales para que le roces el clítoris con tu pene. Ella se pone boca arriba, con una almohada bajo sus lumbares, y que eleve su pelvis.

20- El cisne sentado

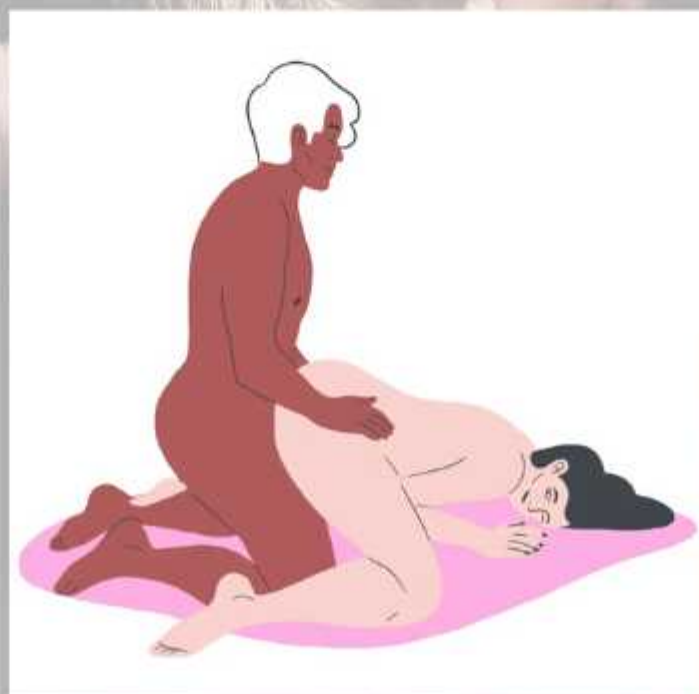
Ella se sienta sobre ti y se echa hacia atrás. Mientras tu la penetras (ella puede llevar el ritmo), acaríciala el clítoris. Lo más importante en el sexo con penes pequeños será el roce de su clítoris, así que busca la forma de poder darte esa caricia extra durante el acto.



El perrito 'profundo'

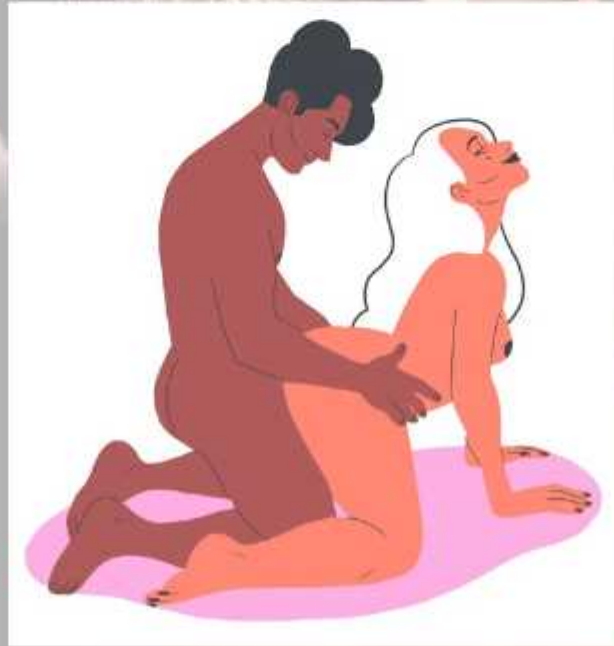
21-

es genial para que ella pueda sentir penes pequeños porque permite que él entre más profundo. Para optimizar esta última cuestión, pídele que arquee su espalda lo más que pueda y que apriete sus músculos pubococcígeos con cada embestida.



22- El gran perrito

En esta posición, podrás controlar la profundidad, así como el punto exacto al que podrás llegar con cada movimiento. Esta es una de las mejores para sentir placer con penes pequeños.



23- La 'super sucker'

Con un pene pequeño, el sexo oral es más llevadero. Imita la ilustración y, gracias a su postura (con la que dejará las manos libres) si eres arriesgado pídele que use algún juguete para darte también placer.



24 - La sirena dormida



Ella se pone arriba con las piernas cerradas. Aguantara su peso con las manos, pídele las piernas lo más cerradas que les permita la postura. Esto le encantará porque sentirá una estimulación en el clítoris y más presión con la penetración.

25 - El deslizador



La diferencia de este masaje radica en que ella tendrá las piernas cerradas y tú te deslizas sobre ella. Pídele que mueva las caderas hacia arriba y hacia abajo para conseguir un ritmo y un ángulo que les dé placer y... resultados garantizados.

26 -El 'pulsa y juega'



Ella se pondrá sobre la cama en 90° con los glúteos preparados y tu pene entra desde atrás a su vagina. Una manera genial de llegar a su punto G.

27 -El mortero



Mientras tu estas arriba pídele que pruebe movimientos circulares de penetración y, para potenciar la jugada, pon una almohada bajo sus glúteos. Esta posición también deja que ella deje sus manos libres, así que ella puede usarlas para aportar un extra de placer a la situación, tocándose o estimulando su clítoris.

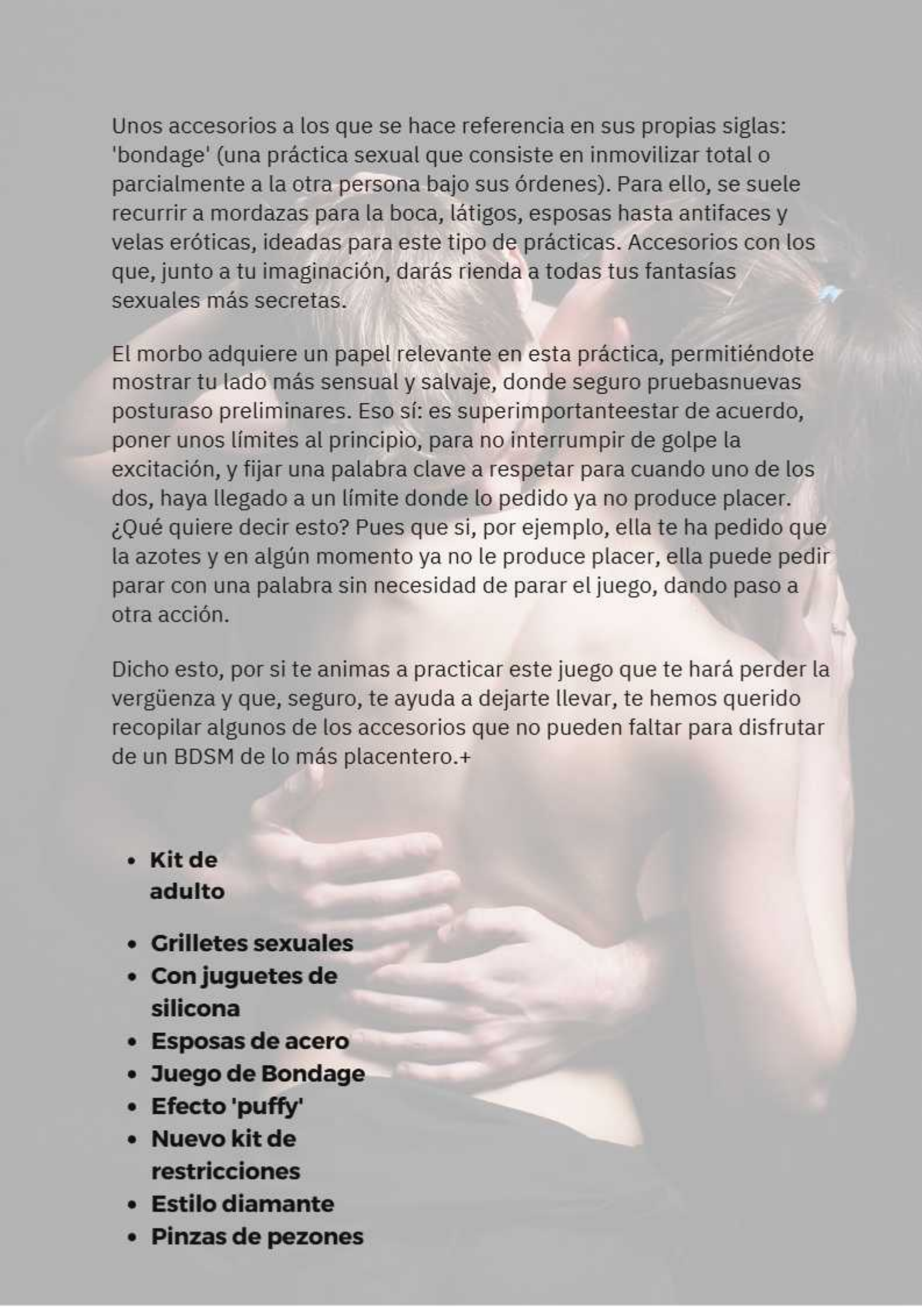
Ahora, si quieres darle mucho más placer e intentar cosas nuevas con tu pareja debes conocer los juguetes que la harán llegar al éxtasis de lujuria.

15 juguetes BDSM inspirados en 'Cincuenta sombras de Grey'

Hace más de diez años que Anastasia Steele y Christian Grey, conocido por sus gustos peculiares, consiguieron revolucionar e innovar algunas de nuestras relaciones incorporando el concepto 'sumisión' y 'esposas'.

¿Hay alguien que no conozca o nunca haya oído hablar de 'Cincuenta sombras de Grey'? Lo suponíamos. Guste más o menos, la historia creada por E.L James y protagonizada por Christian Grey y Anastasia Steele, un magnate de los negocios y una joven recién graduada, respectivamente, supuso una gran revolución en el terreno erótico. De pronto, términos ligados a la práctica BDSM (como: "azotes", "látigo" o "esposas") comenzaron a adquirir cierta popularidad en el terreno sexual mostrando nuevas vías de placer que muy pocos se habían atrevido antes a probar. Un éxito que, en los últimos años, solo ha parecido superar a nuestro querido succionador de clitoris.

Para quién no lo sepa o no haya visto "los gustos peculiares" de Christian Grey, el BDSM se trata de un juego erótico, tradicionalmente para pareja, en la que uno adopta un papel de dominancia frente al otro, dando órdenes o pidiendo acciones en el terreno sexual. Unas acciones donde, por supuesto, destacan los juguetes sexuales ligados a esta línea como las esposas o las mordazas.



Unos accesorios a los que se hace referencia en sus propias siglas: 'bondage' (una práctica sexual que consiste en inmovilizar total o parcialmente a la otra persona bajo sus órdenes). Para ello, se suele recurrir a mordazas para la boca, látigos, esposas hasta antifaces y velas eróticas, ideadas para este tipo de prácticas. Accesorios con los que, junto a tu imaginación, darás rienda a todas tus fantasías sexuales más secretas.

El morbo adquiere un papel relevante en esta práctica, permitiéndote mostrar tu lado más sensual y salvaje, donde seguro pruebas nuevas posturas o preliminares. Eso sí: es superimportante estar de acuerdo, poner unos límites al principio, para no interrumpir de golpe la excitación, y fijar una palabra clave a respetar para cuando uno de los dos, haya llegado a un límite donde lo pedido ya no produce placer. ¿Qué quiere decir esto? Pues que si, por ejemplo, ella te ha pedido que la azotes y en algún momento ya no le produce placer, ella puede pedir parar con una palabra sin necesidad de parar el juego, dando paso a otra acción.

Dicho esto, por si te animas a practicar este juego que te hará perder la vergüenza y que, seguro, te ayuda a dejarte llevar, te hemos querido recopilar algunos de los accesorios que no pueden faltar para disfrutar de un BDSM de lo más placentero.+

- **Kit de adulto**
- **Grilletes sexuales**
- **Con juguetes de silicona**
- **Esposas de acero**
- **Juego de Bondage**
- **Efecto 'puffy'**
- **Nuevo kit de restricciones**
- **Estilo diamante**
- **Pinzas de pezones**

- Azotes
- 10 piezas de traje de yoga con correa para el hombro traje negro + 2 dados blancos
- Antifaz y esposas
- Bola de silicona con llave de bloqueo
- Mascarillas de satén

Bueno ahora continuemos con las posiciones ...

Las posturas sexuales 'Triceratops' que te van a hacer llegar al orgasmo

Prometemos que es más sexy de lo que suena.

Vale, la palabra 'Triceratops' no provoca en el imaginario una asociación sexual, pero ojo: esta postura puede ser muy 'hot' si te gusta un poco elBDSM. Y allá va la reflexión: "Site gusta dominar y a ella ser dominada, la posición sexual Triceratops será bastante estimulante para los dos", sugiere Ruby Payne, experta en sexo de la marca UberKinky.

28 - La clásica

Como decía Payne, quien recibe en esta postura sexual pone el cuerpo en forma de L. Y la persona que penetra, desde atrás, puede sujetar o no los brazos de la otra. Si ella abre las piernas, dará más control a tu pene.



29 - Más difícil



Sobre la cama y en posición del perrito, la agarras de las muñecas y la penetras desde atrás. "Esta posición permite una mejor exposición del ano y la vagina, por lo tanto, es un poco más sumisa"

30 - El rol al reverso

Te pondrás detrás de ella y la penetraras fuerte, asi como ves en la ilustración.



31 - La rana



Lo bueno de esta versión es que la penetración desde atrás la hará sentirse bastante bien por la profundidad que alcanza. Y también tendrás cierto control sobre ella.

32 - La carretilla



Si tienen mucha energía, tener un orgasmo con esta postura los dejará después tan cansados pero más a ella. como si hubieran ido al gimnasio. Ojo, ella debe asegurarse de tener los brazos y las muñecas a punto, porque se vienen movimientos... interesantes.

33 - El dos por uno



La especialista en sexo Moore anima a una doble penetración con esta variante, para experimentar más sensaciones e incrementar el placer. Incluso pueden usar un vibrador.

El 30, la postura del kamasutra de la que nadie habla y es superplacentera

Ni el 69, ni el 68, ni el 42, aquí viene un nuevo número que pretende coronarse como el preferido de los 'millennials' en la cama, y una experta nos explica el porqué.

Puede que no lo hayas escuchado, pero en varias redes sociales ya se ha hablado del **número 30, una postura del kamasutra un tanto complicada, pero muy placentera**, que se estima que será una nueva idea que ejecutaremos en la cama (ojo: mejor hacerla sobre superficie blandita, ahora verás por qué) y que, además, a las 'millennials' nos molará llevarla a cabo en nuestros encuentros sexuales. ¿La razón? Principalmente, porque resulta muy placentera.

Según el último estudio realizado por la marca de bienestar sexual Control, 6 de cada 10 hombres tiene relaciones sexuales al menos una vez a la semana y la cifra de las mujeres asciende hasta el 66,5%. Sin embargo, el 62% de ellas admiten tener dificultades para llegar al orgasmo. ¿Podría ser esta postura del kamasutra una alternativa para que le ayudes a ella a lograr el clímax más fácilmente?

Inma Ríos, psicóloga y sexóloga experta en terapia de pareja, opina que sí: "Esta postura puede convertirse en una muy popular entre las 'millennials' porque es muy placentera para la mujer, ya que facilita dos tipos de estimulación que no son muy comunes en la penetración (y las 'millennials' no tienen reparos en potenciar esas estimulaciones, gracias a sus manos o sus juguetes sexuales). Con el **30 del kamasutra**, por un lado se consigue una penetración profunda, y se puede llegar a estimular el cuello del útero o cérvix (el cual dispone de terminaciones nerviosas capaces de dar gran cantidad de placer). Y por otro, esta posición facilita la fricción del glande con el clítoris, puesto que los cuerpos se encuentran muy pegados y el clítoris muy expuesto".

Y ahora, al grano, ¿cómo se ejecuta esta famosa postura que tanto promete?

34 - EL 30, LA POSTURA DEL KAMASUTRA QUE DEBERÍAS PROBAR

Como ves, el 30 deriva de la posición que se adopta en conjunto (como la gran mayoría del kamasutra) y, en esta, el hombre es el que está arriba. "En esta postura es el hombre el que lleva el control de los tiempos y ritmos, ya que la mujer se encuentra muy limitada, por eso es fundamental que la comunicación sea fluida y forme parte del juego".

El estudio de Control también arroja que **las posturas del kamasutra que más desean hacer las mujeres son el misionero (68,8%)**-, el perrito (51,6%) y la amazona (24,3%)—aquí te explicamos algunos tips para potenciar el placer con esas mismas posiciones—, pero la sexóloga anima, aunque sea, a probar esta, puesto que "facilita a la mujer llegar al clímax no solo por estar cara a cara, sino también por tener las manos disponibles para incluir caricias".

Y aconseja: "Lo ideal es adquirir ideas para ir aplicando las que más nos apetezcan en determinados momentos, y ser curiosos para encontrar formas diferentes de darse placer, pero hay que tener en cuenta también algo, y es que es fundamental ir más allá de la **penetración**, incluso de la **genitalidad**. Toda nuestra piel es sensible de ser estimulada y todos nuestros sentidos pueden estar a disposición de nuestro placer".



35 - El frío



Perfecta para verano, esta postura requiere del uso de algo frío, como un hielo cubierto de un paño limpio. Pósallo sobre el clítoris con intermitencia y experimenta (o que tu compañera lo haga) la sensación que aporta el frío. Ten a mano un vibradoro succionador para culminar con un buen orgasmo.

36 - El perrito vibrador

Sabido es por todas que esta postura permite sentir el miembro de la pareja de manera más intensa pero, si le cuesta llegar al orgasmo de igual manera, deja que añada al momento su vibrador favorito. Su clímax será épico.



37 - El 'cool hula'



Practica esta postura en verano, con un ventilador. Ella encima de ti. Una vez arriba, deja que ella mueva sus caderas como si estuviera bailando el hula-hop.

38 - Cosmo Cat



Alinea su pelvis con la tuya (una posición que se conoce como técnica de alineación coital, también conocida como CAT) y que tu, encima, te balancees hacia adelante y hacia atrás mientras empuja tu pelvis hacia arriba. Mantente sincronizado con ella, de modo que su clítoris roce la base de tu pene.

39 -El lingüini



Ponla de costado y penetrala de lado. Debes empujar una de sus rodillas entre tus piernas, colocando su cuerpo de manera que puedas penetrar.

40 - El yogui



disfruta exponiendo su vagina y penetrándola desde atrás en esta posición. Las sensaciones son muy 'hot'.

41 - El perrito faldero



En una superficie mullida (incluyendo lo que puede ser un gran flotador), expón su vagina y deja que te rodee con las piernas por detrás. Mantén el ritmo y ella sentirá una penetración más profunda, genial si tienes el pene pequeño.

42 -El acróbata



Para esta ella tendrá que mantener el equilibrio, pero tú te puedes sujetar bien para ayudarle. Ella disfrutará de la penetración en esta posición.

43 - El 'joystick'



Pídele que se ponga arriba y ella llevará el ritmo como si tu pene fuera un joystick. Aquí ella se podrá mover de arriba abajo y hacia los lados para incrementar sensaciones.

44- La tijera invertida



Ponla en el borde de la cama y tu la sujetas de las piernas elevando su pelvis. La penetración desde atrás resultará muy placentera.

45 - Las cataratas del niágara



Si tienen una bañera en la que quepan los dos, llénala ligeramente con agua tibia, las sensaciones serán más intensas con el roce del agua. Luego, pueden terminar dándose una ducha.

46 -El eléctrico



Esta es la postura perfecta para usar un vibrador. Disfrutarán de la vibración los dos y llegarán al orgasmo con más facilidad.

47 - El misionero con un twist



Intenta poner una pierna hacia abajo junto a la de tu chica, doblando la otra rodilla hacia arriba. Las embestidas de tu compañera te frotarán de una manera completamente nueva y puedes mover tus caderas para rozarte con su hueso púbico o conseguir un ángulo diferente. Pequeño cambio, gran diferencia.

48 - Para ganar profundidad



Si tu pareja es más 'pequeña' o simplemente eres fan de la penetración extraprofunda, hay un truco superfácil de probar en la posición estándar del misionero. Coloca una almohada (pero que sea muy firme) debajo de su trasero para levantar sus caderas. Pídele que flexione las piernas y que las abra, dejando un hueco para que con su mano ella pueda frotar su clítoris.

49 - El 2x1



No hay nada como mirarse a un espejo durante el acto (si no lo has probado, dale). En esta postura resultará todo tan excitante como impredecible. ¿A quién vas a mirar?

50- La comodísima



Ella estará sobre los cojines, será una de las posturas más cómodas. En este caso serás tú quien lleve el ritmo y ella simplemente disfrutaba, es su momento.

Cómo hacer la postura del misionero (19 versiones muy excitantes)

¿Quién dijo que el misionero era aburrido? Aquí tienes unas cuantas variantes que te van a demostrar lo contrario.

Bien, de acuerdo, la postura sexual del misionero puede considerarse a menudo un poco "básica". Pero eso es precisamente lo bueno que tiene: todo el mundo entiende cómo tiene que colocarse y es lo **suficientemente versátil como para hacerla divertida**. Muy divertida. De hecho, ha sido seleccionada como la postura sexual favorita de los españoles según un estudio de la firma de preservativos Control. Por algo será.

"Muchas de las posiciones que nos gustaría poner en práctica son complicadas y exigentes desde un punto de vista físico, lo que resulta inviable para la mayoría –cuenta Tara Struyk, cofundadora y editora jefe del portal de información sexual Kinkly–. Encambio, esta es fácil de llevar a cabo y no implica muchísima fuerza o flexibilidad".

Además, entre otras posturas, **el misionero puede ser extremadamente íntimo y romántico**. Como explica Carmel Jones, experta en relaciones de The Big Fling, "permite un gran

contacto piel con piel, aparte de resultar muy excitante poder mirar a los ojos de tu pareja y ver su expresión facial".

51- El misionero flotante

"Esta postura es estupenda porque tu que la penetras puedes tirar de ella y acercarla mientras empuja con la ayuda de un columpio. También es ideal para mantener el **contacto visualy besarse**", afirma Tatyana Dyachenko, terapeuta sexual y experta en relaciones de Peaches and Screams.



52 - Buenas vibraciones

Ella se tumba de frente con las caderas al borde de la cama mientras tú la penetras. Estimula su clítoris con un vibrador ¡y a disfrutar!



53 - Un anillo para compartir



Debes saber que a la mayoría de mujeres no siempre solo la **penetración la satisfaga del todo**(recuerda: es muy, muy normal), estimula su clítoris con un vibrador portátil para que ella obtenga placer sin necesidad de usar las manos. Una buena opción son los anillos vibradores para el pene.

54 - La navaja



Tumbada boca arriba, ella apoya una pierna en el suelo, la otra hacia arriba. Los empujones de tu pareja te rozarán de una forma totalmente nueva.

55- Lluvia de placer



Cubre el pecho y las piernas con lubricante y luego deslízate el uno sobre el otro. Utiliza una toalla o una manta impermeable especialmente diseñada para el uso de lubricantes, geles y demás.

56 - El deporte X



Ella estará boca arriba, abriendo las piernas y los brazos en X.
Mientras tú estarás encima, evitando la mayor parte del contacto,
excepto el de la ingle con la ingle. La mano en el clítoris también está
totalmente permitida.)

57 - La carretilla boca arriba



Lleva sus piernas hasta tu pecho y agarra sus tobillos durante el coito.
Ella se puede mover para doblarlas o separarlas... Tú decides.

58- El "te quiero" y "te necesito"



Según las famosas investigaciones de la doctora Marta Meana, lo que más excita a las mujeres es ser deseadas. Y no hay mejor manera de ver cuánto te desea alguien que sentir cómo **levantatus piernas por encima de tus hombros** para poder estar dentro de ti. Este giro en el misionero también permite **una penetración muy profunda** (incluso más si te coge de las caderas para hacer palanca).

59 - El enrollador lateral



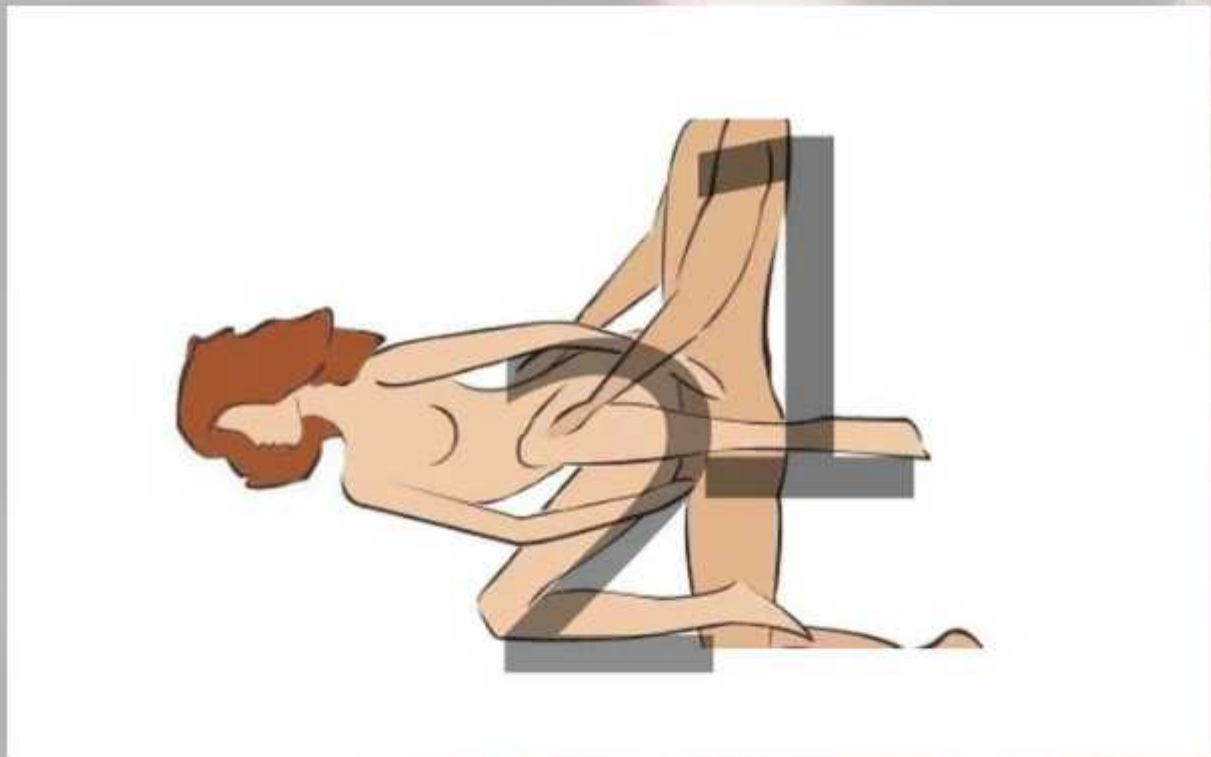
Tu encima de ella , debes girar unos 45 grados hacia un lado para que sus cuerpos formen una X e introduzca el pene en un ángulo lateral.

Ahora que ya conoces las posiciones para mejorar el misionero vamos a ver una excelente posición del kamasutra.

60 - El 21, la postura del kamasutra para que la mujer llegue al orgasmo más fácilmente.

De un tiempo a esta parte, probar posturas del kamasutra se ha convertido en una actividad de lo más practicada. Tanto es así que, cuando se ponen de moda algunas, es muy fácil encontrar conversaciones sobre ellas en el entorno digital y más cuando son posturas con nombre de números. Ejemplos recientes son la posición del 30 y la postura del 68, y la que nos trae aquí es una de la que quizás has leído ya, **el 21**, y una experta cuenta por qué te animaría a probarla.

La psicóloga, sexóloga y colaboradora de la web de citas para casados Ashley Madison, Lara Ferreiro, afirma que esta postura es placentera para la mujer, en el sexo heterosexual. "Se llama '21' porque visualmente, parece que la pareja forma este número. Para practicarla, ella debe acostarse de lado en la cama y levantar las caderas (la figura de ella simulará al número 2) y él de pie penetrándola vaginalmente por detrás (la figura de él simulará al número uno). Es una postura poco conocida, pero muy placentera y cómoda de hacer para ambos miembros de la pareja"

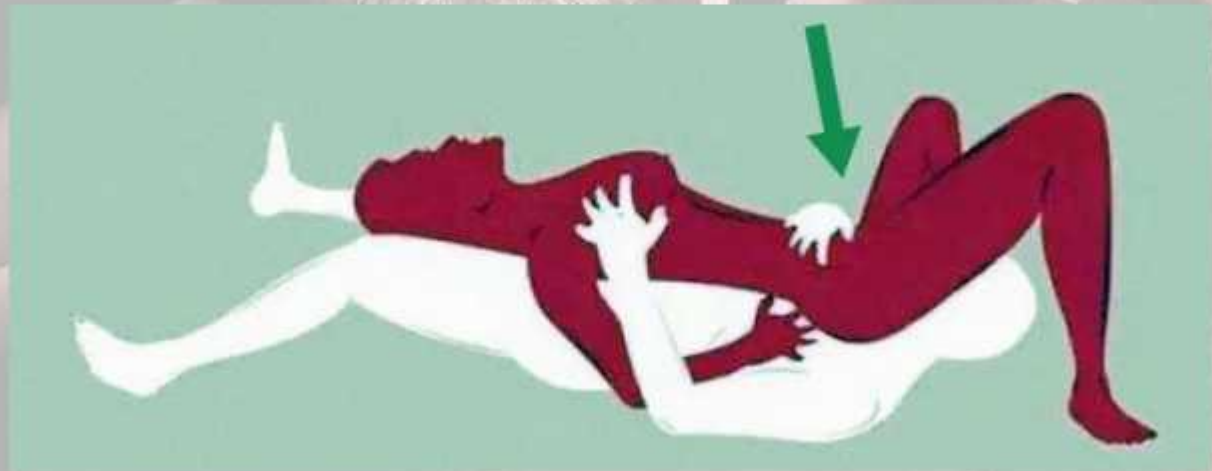


EL 21 LA LLEVARÁ AL ORGASMO CON FACILIDAD

Ferreiro afirma que con esta postura se logra la estimulación de las paredes vaginales, "lo que se conoce como el famoso 'punto G' y, como el clítoris queda expuesto, también es posible 'jugar' con él. Por otra parte, la mujer puede usar sus manos para tocarse otras zonas erógenas, como los pechos, pues estas quedan libres, y mientras puede

mirar directamente a los ojos a su pareja para intensificar el momento", añade.

61 - Por qué tienes que probar la postura 68 del Kamasutra



"Esta postura, no tan conocida como el clásico 69, es una práctica de estimulación oral que, si bien no es simultánea, resulta muy placentera. En el 68, uno se acuesta boca arriba en sentido contrario sobre el cuerpo de la pareja que está tendida sobre la cama, también boca arriba. La cabeza del que recibe estará apoyada en las piernas de quien estimula oralmente y sus piernas estarán flexionadas a ambos lados de la cabeza del que está abajo, dejando el genital frente a su boca y permitiendo la estimulación de toda la zona (vulva, clítoris, labios o glande y cuerpo del pene), incluso el área perineal y el ano. En el 68, el de abajo tiene las manos libres (genial para estimular todo el cuerpo de la pareja que esté al alcance), por lo que el placer no se reduce a la estimulación oral. De hecho, pueden masturbarse con la mano o incluso utilizar algún juguete".

62 - La incansable



Se llama así porque el ritmo lo marca la persona que está arriba, ¡y hay que tener bien fondo! Apóyate en tu pareja si es necesario y controla a tu gusto el movimiento.

63 - La fantasía



Si tu pareja y tú son más o menos de la misma altura, pueden hacer está de pie. Si no, acostados es también genial. La idea es que ella exponga bien su vagina y pídele que flexione una pierna para que la penetración sea lo más profunda posible.

64 - La llamada despertador



Desde atrás (ya sabes, ejem) que el momento de la penetración resulta más intenso. Así que, en esta postura, ella se puede poner un vibrador en la vagina mientras tú la penetras.

65 - Abierta de mente



Esta postura es genial ya que ella puede desinhibirse contigo. Ella recibirá una penetración muy profunda y, mayor placer, si usa un vibrador.

66- La pelota de goma



Para ejecutar esta, se necesita un puff o una pelota de goma grande. Tú estarás arriba y ella acompañará el ritmo con ayuda de la superficie mullida en la que esté.

67 - Las vistas



Podrás verle el culo moverse, esta postura será una fantasía para ella, y a ti te reportará también placer, porque llevarás el ritmo.

68 - El master



Para conseguir esta, ella necesitará equilibrio, así que podrá apoyarse en tu rodilla y tu pecho y será ella quien lleva el ritmo.

69 - El trapecio



El hombre se sienta con las piernas abiertas y su compañera (ya penetrada) arriba de él. Tomándola de las muñecas, ella se va relajando hacia atrás hasta caer por completo: debe estar súper relajada y entregada a la fuerza de su compañero que la atrae a su cuerpo con sus brazos provocando la embestida necesaria para el coito.

Es una postura complicada ya que requiere la liviandad de la mujer, bastante equilibrio de ambos y la fuerza y habilidad del hombre.

Ideal para cambiar la rutina y probar nuevas emociones...

70 - La carretilla



Al borde de la cama y con los antebrazos apoyados, la mujer se dispone a ser "levantada" de las piernas por ti, quien de pie detrás de ella, la penetras sosteniéndola de los muslos.

El estímulo y el placer se concentran en los genitales de ambos, pero eres tú quien lleva el ritmo atrayendo el cuerpo de ella hacia el tuyo.

La variedad de movimientos y sensaciones que permite la postura es asombrosa: circulares, ascendentes y descendentes, con las piernas de ella más cerradas o bien abiertas...

71 - El tornillo



Nada más recomendable para una mujer con dificultades para llegar al orgasmo que las posturas que presionan el clítoris mientras la vagina es penetrada. En "*El tornillo*" esto se cumple a rajatabla.

Ella se acuesta en el borde de la cama y tiende sus piernas flexionadas a un costado de su cuerpo (cada mujer sabrá cuál de los dos lados le resulta más confortable).

Esto permite mantener el clítoris atrapado entre sus mejores aliados para llegar al preciado orgasmo: los labios vaginales. La mujer puede contraer y relajar toda la zona, mientras tu la penetras arrodillado frente a ella y tocando sus pechos. Un manjar.

72 -El arco



El arco es una posición que, a través de una pequeña variante, modifica las sensaciones al extremo. La mujer permanece acostada boca arriba con las piernas abiertas y flexionadas, apoyando sus brazos detrás de los hombros. Mientras tu la

penetras, ella eleva sus caderas y se posa sobre las piernas flexionadas.

El placer que ella recibe se centra en la penetración profunda y en la particularidad de sentir toda la zona vaginal y abdominal envuelta en tu piel. El cansancio que se experimenta al mantener la posición se ve recompensado con la potencia del orgasmo que puede provocar.

73 - La butaca



Recostado sobre una almohada o almohadón confortable, te sientas con las piernas flexionadas y un poco abiertas. Esta posición permite la postura que consiste en que ella se siente cómodamente en el espacio que se forma con tu cuerpo. Con la ayuda de tus manos, acomodas a tu compañera en su erección, controlando ambos el ritmo y la intensidad de la penetración.

Las piernas de ella se apoyan suavemente en tus hombros, tienes tu cabeza atrapada y envuelta en los muslos de ella.

Puedes tocar el clítoris de ella al tiempo que la sostienes de la cintura con fuerza. La dificultad que reside en acercar los rostros y lo osado de la propuesta, convierten a "*Labutaca*" en una postura diferente y extremadamente sensual.

74 -La amazona



En este caso, es el hombre quien se relaja y se acuesta boca arriba, con las piernas levemente abiertas y flexionadas hacia su pecho. La erección la espera a ella, que se acomoda en cuclillas amoldándose a la postura adoptada por él. La mujer se "sienta" literalmente en tu pene.

Debe hacerlo lentamente. Sus muslos impulsarán todo el movimiento que necesita esta postura, donde la penetración se da en sentido arriba-abajo.

Sólo apta para espíritus arriesgados y mentes abiertas, "*La amazona*" es la mujer que cabalga a su hombre de la manera más salvaje y primitiva.

75 -La medusa



Si el hombre está dotado de flexibilidad y resistencia, esta posición tiene una variante muy atractiva para los amantes del balanceo durante el coito.

En cuclillas, el hombre recibe a la mujer preparado para quedar realmente extasiado: sus movimientos pueden imitar los de una hamaca, yendo de atrás para adelante con los pies bien apoyados en el piso.

De otra manera, él puede quedarse inmóvil y dejar que ella se mueva hasta el final.

78 - La somnolienta



La mujer se tiende de costado y el hombre se ubica en su espalda para penetrarla. Ella estira una pierna hacia atrás y la enrosca en la cintura de él.

Ideal para hombres dotados y mujeres flexibles, "*la somnolienta*" cumple varios anhelos de las mentes fantasiosas:

en primer lugar, que ella esté de espaldas a él, y al mismo tiempo acceda a su rostro y cuello.

Además, que él tenga cómodo acceso al clítoris y los pechos de su compañera. La apertura de la pierna posterior de ella para recibir al pene y el abrazo de esa misma pierna alrededor del compañero es quizás lo más sexy de esta postura. Anímate!.

79 -El espejo



Ella se acuesta de espaldas, boca arriba. Levanta sus piernas y deja que él las sostenga arrodillado al final de su cuerpo y apoyando el otro brazo en el piso. El hombre penetra, domina y posee el control. La postura permite variar el sentido de la penetración y la apertura de las piernas.

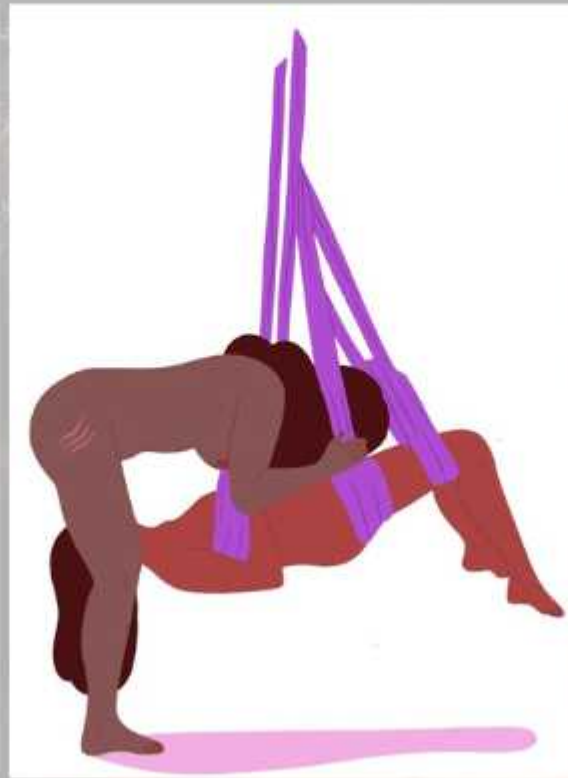
Los rostros no pueden acercarse y las manos poco pueden hacer en esta posición, lo cual genera una ansiedad sumamente excitante: ambos cuerpos corren juntos la carrera para llegar al orgasmo y reflejan en el otro los más variados gestos de placer y lujuria.

80 - La volandera



Debes sostenerla encima de tus hombros y darle sexo oral ella debe sujetarse de algún elemento resistente de la casa. Hacerlo así les resultará tan surrealista como placentero.

81 - Oral en el columpio



Solo para los más pros, si tenéis un columpio en casa esta es la posición más placentera para dar y recibir sexo oral.

82 - El 'para ti, para mí'



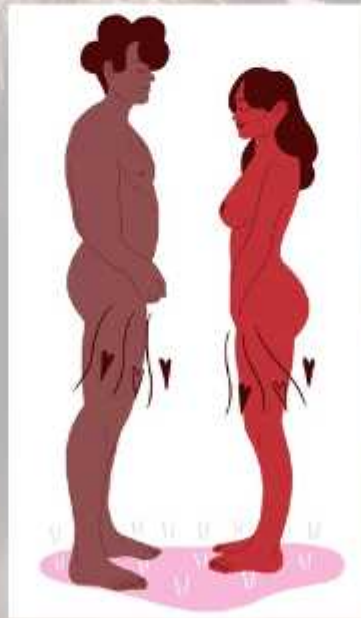
Ella estará encima de ti, estará explorándose hasta llegar al orgasmo. Mientras eso ocurre, te hace un oral en la intensidad en que se masturba y, cuando esté a punto de llegar al orgasmo, deberá aumentar la intensidad del oral.

83 - El juego vibrador



Para esta postura, el que recibe la vibración por parte de la pareja tiene que confiar en esta, y describir el paso a paso por el que va sintiendo más placer.

84 - El mira y aprende



Sin ser una postura de interacción física, sí les servirá para ver qué les gusta más y cómo les gusta. Cuando lleguen al orgasmo, el segundo 'round' es haciendo lo mismo, pero el uno al otro.

85 - El muslito de pollo



Mirense como si desearan comerse y mastúrbale sin dejar de mirarle. No aguantaran sin besarse ni darse más caricias, porque sus miradas fijas los invitarán a querer más del otro.

86 - La postura del árbol a Fruta.



Una variante de la posición del Indra proporcionando sensaciones similares disminuyendo la sensación de aplastamiento ejercido por el hombre sobre su pareja. La mujer guarda una pierna sobre el busto del hombre y libera la otra desplegándola sobre el costado.

87 - La posición de la Indra.



El hombre se yergue sobre sus rodillas, la mujer tumbada sobre la espalda echa sus pies contra el busto de su pareja. El hombre se inclina hacia adelante para comprimir los muslos de la mujer contra sus senos.

88 - El móvil de la Rueda.

Tres etapas para esta posición en la cual el hombre debe girar muy lentamente alrededor de su pareja, sirviéndose de la verga como de un eje. El ciclo puede ser repetido varias veces y se presta bien a la sexualidad tántrica.

89 - Primera etapa:

La pareja está acostada en la posición clásica del misionero, el hombre está entre los muslos de la mujer y la penetra.



90 -Segunda etapa:

El hombre desliza sucesivamente su pierna izquierda y después su pierna derecha encima de la pierna derecha de su pareja y entonces gira sobre su verga alrededor de su pareja.



91- Tercera etapa:

El hombre realiza una media vuelta completa y posiciona sus piernas por ambas partes de los hombros de su pareja. El tiempo de una pausa en esta posición para besar los pies de su pareja y no queda más que continuar el ciclo para acabar en posición inicial.



92 - La unión del Simio.



El hombre está acostado sobre la espalda, las piernas levantadas.

La mujer se sienta sobre la parte trasera de los muslos de su pareja, usando los pies del hombre como un apoyo. La pareja se sujeta por las muñecas para asegurar una buena estabilidad. El hombre puede entonces levantar a su pareja con los pies para iniciar una estimulación vertical. La mujer puede

además aportar una estimulación suplementaria haciendo ondular su pelvis en un movimiento lateral circular.

Hacer el amor atados es una fantasía sexual universal.

Esposas, ataduras de lujosa seda, metal, cuero, plástico e incluso látex, son la primera toma de contacto -digámoslo de forma genérica- con el bondage con el BDSM, que se han colado en nuestras alcobas gracias a las sombras de Grey, y otras tantas obras que cambiaron el mundo erótico. Y es que el sexo es experimentación: un universo de placeres cambiantes en el que nuestros cuerpos adoptan las poses que los deseos guían y, a veces, nuestra moral veta. Pero como sabemos que entiendes la dominación y sumisión como un juego sexual, y te encanta practicar posturas sexuales, te traemos estas ilustraciones para que descubras las formas de atarte al placer de un Kamasutra bondage.



93 -Clásico vainilla

Esta es la típica postura que imaginas cuando comienzas a ver las esposas, cintas u otras ataduras como una posibilidad de juego erótico.

Las dos muñecas se atan con un par de esposas que inmovilizan por detrás del cabecero de la cama, el respaldo de una silla o la balaustrada y pasamanos de una escalera.



94 -Tantra anal

Puede que no tengas manera de fijar las esposas tras el cabecero, todas tus sillas sean de respaldo plano y, directamente, no haya escaleras en tu casa, que permitan jugar con la balaustrada. Pues bien, no desistas, solo hay que usar dos esposas, una para cada muñeca y otra para los tobillos, y reclinarse sobre un lateral.

Esta postura nos gusta especialmente para practicar lo que comúnmente se llama anal tántrico. La idea es comenzar con un masaje anal exploratorio muy lubricado, para pasar a una penetración poco profunda, a ser posible poco más allá del glande, y con una velocidad muy baja. De

esta manera, las sensaciones para el hombre serán muy intensas, pero controlables. Al tiempo, puede pasar un brazo sobre el costado de su pareja y masajear los senos y clitoris, lentamente, acompañando la excitación. Y si le practicas después de un masaje aceitoso, la relajación hará que el sexo anal sea aún más placentero.



95 - La cabalgata de la Valquiria



¿Sabías que la RAE da como segundo significado de cabalgata “Acción de cabalgar, especialmente muchas personas juntas”? Muchas lectoras del blog nos piden un Kamasutra para practicar entríosuorgías. Pues bien, esta postura sexual la recomendamos para disfrutarla en unménage à trois (siempre y cuando tengas total confianza con tus amantes).

En un trío chica-chico-chico, donde la mujer es inmovilizada con esposas, hay muchas posibilidades eróticas. Pero nos vamos a quedar con una muy sensual, en la que uno de los participantes desliza sus lubricados dedos sobre el monte de Venus y la vulva, mientras ella provee una felación al tercero... Todo intensidad, pero ¡no olvides poner el condón (de una forma sexi)!

Posturas sexuales para un trío entre dos hombres y una mujer (HHM)

Nos negábamos a las posturas típicas de las películas pornomainstream en las que en vez de ser ella el centro de atención, acaba haciendo un esfuerzo doble chupando y masturbando como si le fuera la vida en ello. El horror, el HORROOOOOR. Así que después de una tormenta de ideas (perversas todas), hemos decidido aconsejaros estas posturas en las que, aunque no haya ningún*facesitting*, la mujer es la reina. ¡Quizá en la próxima!

96 - Juegos previos



A simple vista parece que es ella la que da placer a los dos hombres mientras «las ve venir», pero es que al ilustrador le dio un ataque de pudor y no quería dibujarla con las piernas abiertas mostrando su magnificencia, que es, precisamente. Lo ideal es que ella las abra todo lo posible y apoye las corvas en los muslos de sus amantes para que les resulte más fácil masturbarla mientras ella les masturba.

97- Juegos previos y penetración



Esta postura es muy placentera para la mujer porque permite la penetración vaginal frontal y de lado (que estimula puntos erógenos de las paredes vaginales que no suelen estimularse con otras posturas), caricias por parte de los dos hombres y la masturbación a tres bandas. Además, el hombre que está detrás de ella puede besar y morder su nuca, cuello y hombros, y acariciar sus pechos hasta que llegue al orgasmo.

98 - Uróboros



Esta postura es una variante de la que mostramos en nuestro reportaje sobre las ideales para jugar entríos MMHy a la que bauticé «Uróboros» porque me recordó a este símbolo que representa a una serpiente que se devora la cola, formando un círculo con su propio cuerpo, y que simboliza la unidad de todas las cosas, tanto espirituales como materiales. En ella, los amantes se tumban de lado formando un círculo para masturbarse, practicar sexo oral, beso negro, un noruegoy/o penetrarse mutuamente con los dedos o juguetes. Hay que reconocer que para realizar esta variante se necesita la elasticidad de la Nadia Comaneci y la fuerza de Conan, por lo que sí son más bien sedentarios y de tirón muscular fácil, lo mejor es que se tumben de lado en la cama.

99 - Doble penetración



Esta postura no solo facilita la doble penetración (anal y vaginal, doble vaginal o doble anal), también proporciona mucho placer a la mujer (anal y Punto G) y les permite amplitud de movimientos tanto a ella como al hombre que la penetra por detrás. Además, trae dos bonus: este podrá darle azotes y también penetrarla anal o vaginalmente con un juguete sexual.

100 - Postura de la mariposa



Esta es otra de las «joyas de la corona» en un trío entre dos hombres y una mujer, porque combina la postura multiorgásmica por excelencia y una felación. ¿Multiorgásmica? ¡Sí! la postura de la mariposa es idónea para experimentar orgasmos múltiples porque se estimula el pene y las paredes vaginales (incluyendo el Punto G y el U) en toda su extensión.

Ahora ve a practicar y pon a tu mujer loca de lujuria por ti.