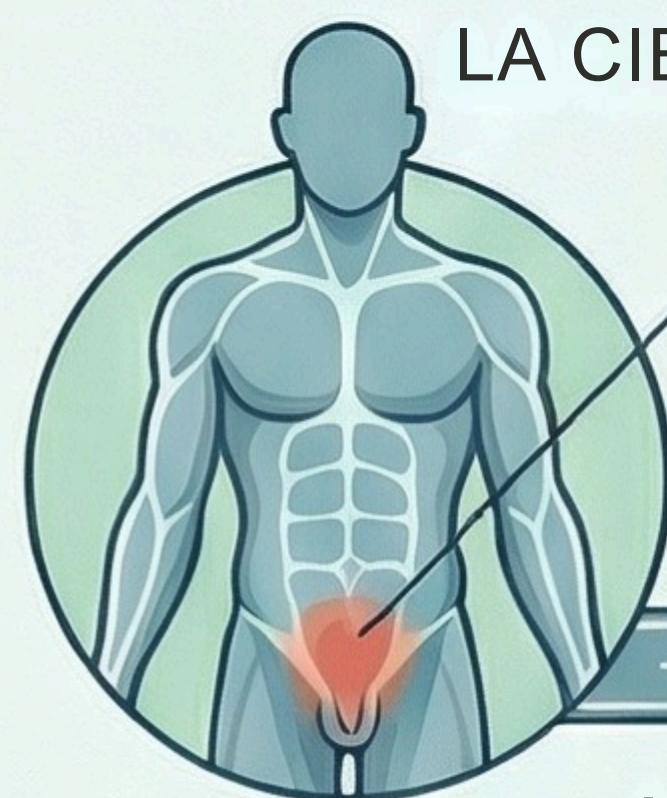


El Manual de Pista:

10 Posiciones de Baja Fricción para Durar el Triple

LA CIENCIA DEL CONTROL: FÍSICA SOBRE FRICCIÓN



El Punto Clave: El Frenillo

Es la zona con mayor sensibilidad; reducir su estimulación directa es el secreto del control.

Máxima Fricción



La penetración profunda y los ángulos verticales aumentan la fricción

Mínima Fricción



La penetración superficial y los ángulos paralelos la disminuyen.

POSICIONES DE BAJA FRICTION:

TU CAJA DE HERRAMIENTAS



1. Cucharita Modificada
(Nivel: Fácil)

Reduce el contacto en la zona sensible en un 60-70% gracias a su ángulo oblicuo. 60-70%



2. Sentado Invertido
(Nivel: Control Total)

Tú te mantienes pasivo mientras ella controla el ritmo, lo que reduce drásticamente la urgencia.



6. Reverse Cow-Girl Lenta (Nivel: Duración Máxima)

Ofrece mínimo contacto con el frunillo; es ideal para entrenar y construir resistencia.



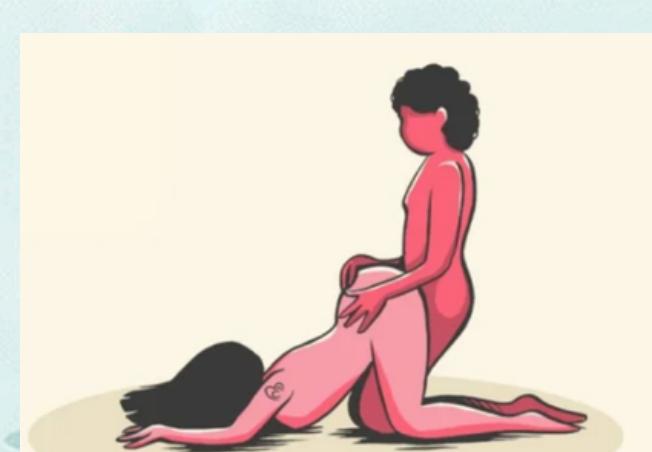
9. Borde de la Cama (Nivel: Precisión Quirúrgica)

Te permite controlar visualmente la profundidad, manteniéndola superficial para máximo control.

ESTRATEGIA DE CARRERA:

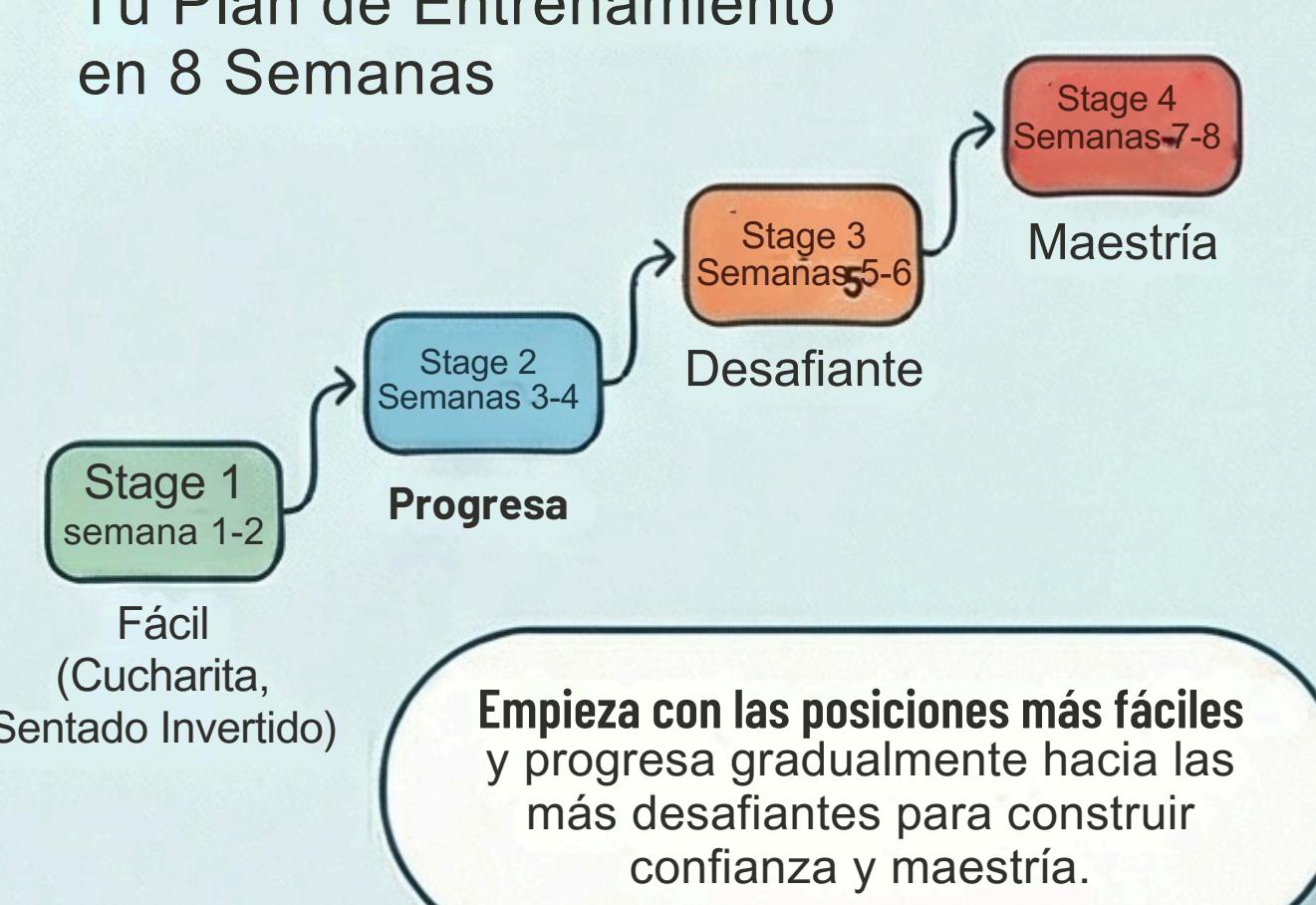
EVITA LAS TRAMPAS Y SIGUE EL PLAN

¡Alerta! Evita las "Trampas Mortales"



Al principio, evita el "Doggy Style", ya que su ángulo y profundidad garantizan una estimulación máxima y un final rápido.

Tu Plan de Entrenamiento en 8 Semanas



Empieza con las posiciones más fáciles y progresá gradualmente hacia las más desafiantes para construir confianza y maestría.