



ACTUALITAT | Redacció | Actualitzat el 07/04/2021 a les 12:37

El 30, la postura sexual més íntima

[inici centrareport] El Kamasutra conté més de 60 postures sexuals diferents i una **de les més satisfactòries i íntimes és el 30.**

En què consisteix? Primer de tot, cal dir que per realitzar aquesta postura és recomanable estar en una superfície còmoda, com ara un llit. **A més a més, abans de practicar-la és important allargar els preliminars per arribar a un bon nivell d'excitació i de lubricació.**

En el 30, un dels membres de la parella ha de tombar-se sobre el llit, amb el cap sobre d'un coixí i les seves cames doblegades fins que els genolls freguin gairebé el seu pit. **L'altra persona es col·loca sobre seu, amb les cames flexionades, els braços al costat del cap de la seva parella, i la penetra o estimula -dits, joguina sexual...-.**

A part de ser una posició que pot ajudar a facilitar l'orgasme, també reforça la comunicació amb la parella, ja que permet el cara a cara. A banda d'aquesta postura, n'hi ha d'altres de recomanades per incrementar el plaer. Us les deixem en aquest article que trobareu més avall:

3 postures per fer el sexe més còmode i incrementar el plaer

[fi centrareport]