



3 exercicis per durar més en el sexe

[inici centrareport] Certes postures sexuals requereixen una bona forma física. Tot i que algunes són més reptadores que d'altres, la majoria de postures impliquen que hi hagi una persona a dalt realitzant l'esforç. **Si quan et toca a tu sents que necessites parar o canviar de postura al cap de poc temps, avui et compartim 3 exercicis que pots fer preparar-te:**

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;d.js.src='https://experience.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','exc o-sdk'));
```

[/playbuzz]

[fincentrareport]