

Заметки порно-актёра

18+

ГЛУБОКИЙ МИНЕТ

Твоя неуязвимая глотка
для заглота большого
члена - за 2 недели

Минет

Заметки порно-актёра
**Глубокий минет. Твоя
неуязвимая глотка для заглота
большого члена – за 2 недели**

«Автор»

2021

порно-актёра З.

Глубокий минет. Твоя неуязвимая глотка для заглота
большого члена – за 2 недели / З. порно-актёра — «Автор»,
2021 — (Минет)

Детальная программа по освоению горлового минета за 2 недели. В
руководстве вы найдете упражнения, психологические практики и лайфхаки,
чтобы избавиться от рвотного рефлекса и поставить правильное дыхание. P.S.
95% успеха в глубоком минете - это не ваши природные данные, а техника и
практика.

© порно-актёра З., 2021

© Автор, 2021

Содержание

Шаг 1. Тренировка неуязвимого горла	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Заметки порно-актёра Глубокий минет. Твоя неуязвимая глотка для заглота большого члена – за 2 недели

Можно долго говорить о том, что глубокий минет – это красиво, приятно и клево, но все бесполезно, если рвотный рефлекс не позволяет вам даже подумать об этом. Так что главная задача этих заметок – убрать ваш рвотный рефлекс и научить глубокому минету за 2 недели.

На самом деле, если вам не удается попробовать горловой минет уже сейчас, то есть лайфхак, о котором знает очень узкий круг людей. Покупаете в аптеке беруши, вставляете в уши, и вуаля – рвотный рефлекс либо вовсе исчезает, либо снижается до 10-20%. Есть и другие способы, но они более изощренные, так что лучше обойтись берушами.

Впрочем, даже в случае с «читами» вам необходимо знать и другие правила глубокого минета, чтобы не захлебнуться слюной и подарить партнеру потрясающие ощущения, а не хрипы умирающей косули.

Итак, за дело.

Шаг 1. Тренировка неуязвимого горла

Если вы не желаете каждый раз во время минета становиться глуховатой из-за беруш, то придется немного потренироваться. Хорошая новость в том, что рвотный рефлекс можно убрать за 1-2 недели. Будем двигаться поэтапно, чтобы у вас в голове сложилось четкое понимание, что и для чего делается.

Узнайте лицо врага

Возьмите любой продолговатый предмет – главное, чтобы он был чистым и не опасным для жизни: палец, зубная щетка, фаллоимитатор, – и коснитесь им задней стенки вашей глотки. Вы почувствуете рвотный позыв: именно с ним вам нужно сражаться. Запомните это ощущение и представьте его в виде красного шарика – не важно какого размера и из какого материала: просто красный шарик.

Начните бороться со рвотными позывами

Тактика борьбы с красным шариком довольно простая – вы должны его сдуть до тех пор, пока он не исчезнет. Прислоните предмет к задней стенке глотки, задержите его на месте и как только появится красный шарик – напрягайте свой живот и старайтесь таким образом сдуть шарик.

Представьте, что ваш живот – это руки, которые давят на шарик. Он не лопнет – не беспокойтесь, – зато сдуется, если давить регулярно и терпеливо. Сила нажатия не так важна, главное – стабильность.

Вы будете кашлять, хрипеть и содрогаться телом, но не вздумайте сдаваться. Не так страшен черт, как его малюют. Это всего лишь красный шарик. Сначала сдерживание позыва может длиться пару секунд, но со временем его можно увеличивать – для этого старайтесь дышать носом и не переставайте напрягать мышцы живота.

Боритесь с красным шариком 3 раза в день

Как я уже сказал, главное в борьбе с шариком – стабильность. С каждым днем он будет становиться все меньше и меньше, пока однажды вы не поймете, что шарика больше нет, как и рвотного позыва.

Возьмите за привычку, например, во время чистки зубов – утром и вечером, как рекомендуют стоматологи, – несколько минут тратить на борьбу с шариком. По возможности, найдите время для борьбы и днем – если не можете, то, что ж, даже 2 раза в день обеспечат результат.

Продолжайте тренировку, пока шар не исчезнет

Не беритесь практиковаться с половым членом, пока до конца не проработаете рвотный рефлекс. Как только шарик перестанет появляться при касании глотки – это достигается в течение одной недели, – можете продвигать тот самый продолговатый предмет чуть ниже по глотке – шарик снова может появляться, но на его уничтожение уйдет не больше недели.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.