

Axel Neustädter



GAYMASUTRA

**Mehr Spaß mit den besten
Sexstellungen**

BRUNO GMÜNDER

Axel Neustädter

GAYMASUTRA

**Mehr Spaß mit den besten
Sexstellungen**

BRUNO GMÜNDER

Für Felix, mit dem alles angefangen hat

Hinweis

Sex ist unter anderem deshalb so aufregend, weil er jedes Mal anders ist und mit jedem Partner neu entdeckt werden muss. Das heißt: Jedes Date, jede Orgie und jede Liebesnacht setzen sich aus den Eigenheiten ihrer Entstehung und ihrer Beteiligten zusammen. Eine Angelegenheit mit Individualitätsgarantie – aber manchmal auch ein Hindernis. Körperbau, Temperament, Fitness ... Diese Faktoren definieren den Horizont und die Grenzen dessen, was im körperlichen Austausch so alles möglich ist.

Was ich damit sagen will: Auch wenn ich in diesem Buch zuweilen zum Austesten von persönlichen Limits ermuntere, bitte ich dennoch darum, sie zu respektieren. Sowohl beim Partner als auch bei dir selbst. Nicht jeder kriegt jede Stellung gebacken, und spätestens, wenn's anfängt wehzutun, sollte man aufhören. Das hat ja auch was Positives: Wo abgebrochen wird, kann man später neu anknüpfen.

Bevor du also das Gelesene in die Tat umsetzt, musst du dir selbst folgende Frage beantworten: Bist du bereit für einen verantwortungsvollen Umgang im sexuellen Miteinander, auch ohne dass dir auf jeder Seite Safer-Sex-Warnungen und »Nicht übertreiben!«-Hinweise vorgehalten werden?

Wenn du diese Frage mit »Ja« beantworten kannst, heiße ich dich im Gaymasutra willkommen. Beantwortest du sie mit »Nein«, darfst du das Buch zerreißen oder aus dem Fenster schmeißen. Dabei entsteht ein kleinerer Schaden als bei der verantwortungslosen Überforderung deiner selbst und deiner Sexpartner.

Inhalt

Hinweis

Vorwort: Stellung-Nahme des Autors

Pole Position: Das Rüstzeug fürs Gaymasutra

Vom Kamasutra zum Gaymasutra / Sexuelle Kompatibilität: Der Schnelltest / Prinzip Befriedigung: Wissen, sagen, machen

Positionsprofis: Stellungstricks von Scott O'Hara bis Davey Wavey

Scott O'Hara: Autofellatio / Marc Dylan: Doggy Style / Big Dipper: Big Dipper / Paul Stag: Die Dampftramme / Jessie Colter: Die Reiterstellung / Jake Bass: Die Missionarsstellung / Trey Turner: Der Brückenbläser / Tom Wolfe: Die Zange / Davey Wavey: Busfahrer, Darth Vader, Banana Split / Dolph & Kris: Die Neu-69er

Kopf frei, Hosen runter! Körper und Geist in Stellung bringen

Kopf frei: Vier Typen, ein Nenner / Hosen runter: Die Gaymasutra-Taufe

Das Sex-Gym: Trainiere deine schwulen Sexmuskeln

Übung Nr. 1: Der Penislastzug / Übung Nr. 2: Das Große Kegeln / Übung Nr. 3: Die Männliche Quadriga / Übung Nr. 4: Des Widerspenstigen Zähmung / Übung Nr. 5: Der Schluckspecht / Übung Nr. 6: Das Große Kegeln – die Revanche / Übung Nr. 7: Die Bauchlandung / Übung Nr. 8: Die Arschkirmes / Übung Nr. 9: Der

Gipfelstürmer / Übung Nr. 10: Der Variations-King / Übung Nr. 11: Das Anal-Orakel

Fußwischen, Bauchschrubben, Purzelbaumschuss: Stellungen beim Onanieren

Im Liegen: Die Rückenlage – Top Ten / Der Schenkelfick (solo) / Der doppelte Ring / Purzelbaumschuss / Der Matratzenstoß

Im Sitzen: Basic Sit-in / Der Fersenspreizer / Der Lotuslummel / Der Fußwischer / Die Autofellatio / Aus dem Stand / Der Doppelgänger / Der göttlich geile Dreibeiner / Der Bauchschrubber / Der Krebswischer / Der Winkelwischer

Zwischenspiel: Aus zwei mach eins

Das Knutschklettern / Das Probeliegen / Der Fuß in der Tür / Der Schenkelfick / Der Kniekehlenfick / Der Langfinger

Vom Grenzgänger zum Melonenboten: Stellungen beim Oralverkehr

Schwanz raus: Die 69er – Top Ten / Das Oral Office / Die Statue / Der Grenzgänger / Der Tote Mann / Chinesisch de luxe

Mund auf: Der Maulfick / Krebsstoßen / Die Halskrause / Der Melonenbote / Der zweite Stock / Die Gallionsfigur / Eierlecken – Eine Kunst für sich

Arsch lecken: Facesitting / Der Joystick / Faultier-Style / Die 96er / Der Sprung von der Klippe / Der Amboss / Anale Rückwärtsrolle / Rimming – Spiel mit den Schmuddelkindern?

Cowboy, Surfbrett, Doggy Style: Stellungen beim Analverkehr

Rein: Der Missionar – Top Ten / Der Helikopter / Der Bumsbock / Das Fickbeben / Der Schattenstoß / Der rechte Winkel / Der Zuchtmeister

Raus: Der Cowboy – Top Ten / Der Segeltörn / Die Indrani-Stellung / Der Jockey / Little Dipper / Das Surfbrett / Der Anhänger

Rein-Raus: Doggy Style / Die Beinschere / Die Hängende Vereinigung

Wichskreis, Sandwich, Pyramide: Stellungen beim Gruppensex

Die Aufnahmeprüfung / Der Wichskreis / Die Blowjob-Triangel / Die Drei von der Saugstelle / Der Doppelbläser / Die Drei-Sterne-Kniekehle / Bäumchen, wechsel dich / Das Sandwich / Die Doppelpenetration / Die Treppe / Die Kette / Die Pyramide /

Rim-Seat-Klimmzug & Sling-Schwung: Die »Sexy Seven« der Hilfsmittel-Stellungen

Noch 'ne Runde? – Das Nachwort

Über den Autor

Impressum

Mehr sexy Ratgeber

Vorwort: Stellung-Nahme des Autors

Als ich vor zwei Jahren das Angebot bekam, die Texte für *69 Positions of Joyful Gay Sex* zu schreiben, war ich sofort Feuer und Flamme. Ich fand nicht nur das Thema spannend, ich sah das Ganze auch als Möglichkeit, neben meinen erotischen Kurzgeschichten und Romanen auch mal in dokumentarischer Weise über Sex und seine Umsetzung zu schreiben. Außerdem klang die Aufgabe einfach. Ein bisschen »Arsch raus« hier und etwas »Hoch das Bein« dort – das würde sicher locker aus der Tastatur fließen. Ich sagte also zu.

Ein paar Tage später saß ich mit rauchendem Kopf am Schreibtisch: Vor mir lag ein Haufen Fotos, auf denen zwei Pornostars in einer leergefegten Wohnung alle möglichen Stellungen durchturnten, von denen mir einige aus dem wahren Leben durchaus vertraut waren, andere aber einfach nur unbequem aussahen. Mein absolutes Highlight ist bis heute die »Schubkarre«, bei der sich der Passive mit den Unterarmen auf dem Fußboden abstützt und die Beine um die Hüften seines hinter ihm stehenden Stechers schlingt, der ihn gleichzeitig nagelt. Ich war bei dem Fotoshooting nicht dabei gewesen und bin als Mitglied der »Generation Photoshop« mit einem gewissen Grundmisstrauen ausgestattet, was die Botschaften medial genutzter Bilder angeht. Folgerichtig drängte sich mir die Frage auf: Geht das überhaupt, was die Typen da machen?

Plötzlich bekam ich Zweifel an meiner Kompetenz für die bevorstehende Aufgabe. Und mir brach der Schweiß aus, weil in mir zum ersten Mal der Gedanke aufkeimte, dass ich im besten Fall alle der 69 vorliegenden Stellungen selber mal ausprobiert haben müsste, um sie vernünftig beschreiben zu können. Auf den Schreck habe ich erst mal ein Bier getrunken. Dann noch eins. Und dann habe ich zum Handy gegriffen, um meinen damaligen Freund anzurufen. Es war Nachmittag und er war bei der Arbeit. Ich weiß noch genau, wie ich betont harmlos in den Hörer geblöet habe: »Du, kannst du nach Feierabend bitte direkt bei mir vorbeikommen? Ich müsste dringend was mit dir besprechen.«

Die Antwort war nicht unfreundlich, aber wenig hilfreich: »Hast du getrunken, oder was?«

Manchmal ist es schockierend wie durchschaubar man für einen Menschen nach zwei Jahren Beziehung ist. Andererseits ersparte es mir in diesem Fall, lange um den heißen Brei herumreden zu müssen. Ich erzählte ihm in Kurzform von dem *Joyful Gay Sex*-Auftrag und meinen plötzlichen Zweifeln und führte ihm die Dringlichkeit vor Augen, dass wir zumindest ein paar der zu besprechenden »Positionen« gemeinsam ausprobieren müssten. In meinen Romanen wäre dem Typen am anderen Ende der Leitung bei so einer Kunde das Wasser im Mund zusammengelaufen, aber das hier war die Realität. Was bekam ich also zu hören?

»Kannst du das nicht mit jemand anderem machen?«

Diese Reaktion hatte nichts damit zu tun, dass unser Sexleben lustlos gewesen wäre. Zwar hatten wir uns nach sieben Monaten freiwilliger Monogamie dazu entschlossen, unsere Beziehung zu öffnen, und durften zumindest theoretisch mit anderen ins Bett gehen, in der Praxis hatte die Öffnung aber eher zur Folge, dass wir wieder innigeren Sex miteinander hatten. Innig war bei uns allerdings gleichzusetzen mit genussvoll. Und genussvoll war gleichzusetzen mit spontan. Pflichtbewusste Vögel-Choreografien nach Ansage waren nicht unser Ding. Zumindest bis zu diesem Tag ...

Denn natürlich schlug mein Freund mir die Bitte nicht ab. Und natürlich steigerten wir uns bis zu unserer abendlichen Zusammenkunft beide in einen kindlichen Vorfreudetaumel hinein. Überraschenderweise hatten wir dann beim Ausprobieren der Stellungen jede Menge Spaß. Ich spreche jetzt wirklich von Spaß im Sinne von Lachen, Spielen und Mitfiebern. Dadurch dass wir wegen des Telefonats eine klare Absprache und durch die Fotos klare Vorgaben hatten, waren wir ulkigerweise frei von Druck. Es ging nicht darum, dass es besonders romantisch sein musste oder wir übertrieben angespitzt gewesen wären, aber gerade weil es nicht darum ging, traf nach kürzester Zeit beides zu. Oder anders gesagt: Anfangs waren unsere Körper steif, aber unsere Schwänze nicht, nach einer halben Stunde war es umgekehrt. So »arbeiteten« wir sehr effektiv. Wir haben tatsächlich den Großteil der vorgegebenen Stellungen noch am selben Abend durchprobiert. Die meisten nur kurz, aber immerhin.

Richtige Ambitionen haben wir mit der Zeit entwickelt. Ich gebe trotzdem zu, dass wir an der Schubkarre gescheitert sind. Deshalb muss ich bis heute lachen, wenn ich den Text lese, der später im Buch erschien. Da steht: »An der ›Schubkarre‹ hat sich schon so manches experimentierfreudige Pärchen die Zähne ausgebissen. Oder sollten wir eher sagen ›die Glieder verrenkt‹? Fakt ist: Sie ist ein Mythos, aber sie funktioniert durchaus. Wenn auch nur mit ganz viel Übung ...« Übung hatten wir nicht. Und wenn der Lümmel steil in die Höhe ragt, kann diese Stellung höchstens im Schenkelverkehr enden. Aber für solche Spitzfindigkeiten ist es noch viel zu früh. Was ich mit der langen Vorrede eigentlich sagen will: Wer beim Stichwort »Sexstellungen« jetzt noch verächtlich den Kopf schüttelt und murrte »So was ergibt sich doch von selbst« muss unbedingt umdenken. Erstens: Weil ihm sonst eine Menge entgeht. Zweitens: Weil diese »Ich weiß sowieso alles«-Haltung viel zu viele Schwule vor sich hertragen und sie nie, wirklich nie gerechtfertigt ist. Drittens: Weil sich manche Dinge eben nicht von selbst ergeben. In Stellungen wie dem »Fickbeben« oder der »Hängenden Vereinigung« landet man nicht mal so nebenher. Man muss sie ausprobieren. Und das zu tun lohnt sich. Weil man den eigenen und den Körper des Partners dabei ganz neu kennenlernt. Ich kann aus eigener Erfahrung sagen, dass unser Sexleben durch die Stellungen damals viel Vitalität und Entdeckungslust hinzugewann. Dass die Beziehung inzwischen Geschichte ist, will ich der Ehrlichkeit halber nicht verschweigen, allerdings hatte die Trennung nichts mit mangelnder erotischer Harmonie zu tun, sondern mit unterschiedlichen Lebensentwürfen.

Ich widme dieses Buch somit meinem Exfreund, ohne den ich meine Stellungsleidenschaft vielleicht nie entdeckt hätte. Was auch hieße, dass es dieses Buch nicht gäbe. Also: Felix, die erste Schubkarre mit dir war definitiv die aufregendste. Danke für damals! Was danach kam, liest du am besten selbst.



Pole Position: Das Rüstzeug für das Gaymasutra

Vom Kamasutra zum Gaymasutra

Dass dieses Buch *Gaymasutra* heißt, ist mit einem Augenzwinkern zu verstehen. Es ist ein Zugeständnis an einen Wunsch, den ich schon seit der Pubertät hege. Damals habe ich mir auf einige Stellen aus dem echten Kamasutra einen runtergeholt, aber gleichzeitig bedauert, dass die geilsten Passagen sich immer nur auf den Geschlechtsverkehr zwischen Mann und Frau bezogen. Beim Thema Oralsex gab es zwar ein Kapitel über Sex unter Männern, aber da ging es dann gleich wieder um das dritte Geschlecht und um »heimliches Begehren«, dessen Anhänger sich als Masseur tarnen mussten. Analsex kam sowieso nur indirekt vor. Ich habe also schon früh davon geträumt, eine schwule Version der großen »Liebeslehre« der Sanskrit-Literatur herauszubringen. Ganz klar: Das ist dieses Buch nicht. Dazu ist es viel zu zugespitzt auf Sexstellungen, um die es im echten Kamasutra allen Unkenrufen zum Trotz nur am Rande geht. Stattdessen gibt es langatmige Kapitel über Kurtisanen, Brautwerbung und die »Verführung fremder Ehefrauen«, die man nicht wirklich auf schwul umkrepeln kann und will.



Ich werde mich trotzdem auf Motive aus dem Original berufen und einige der in ihm vorkommenden Stellungen von vaginal auf anal ummünzen. Zum einen weil es eine Schande wäre, kuriose Disziplinen wie den »Stierstoß«, den »Kreisel« oder die »Gähnende Stellung« zu verschweigen, zum zweiten weil der Grundgedanke des Kamasutras mit der Motivation dieses Buches sehr verwandt ist. Hier wie dort geht es darum, lustvollen, kreativen und möglichst tabulosen Sex zu haben und dadurch sowohl sich selbst als auch den Partner zu bereichern. Diesen Aspekt finde ich angesichts des Alters der Kamasutra-Schriften (die immerhin vor über 1.700 Jahren entstanden) immer noch bemerkenswert. Zwar merkt man dem Text an, dass er im Bewusstsein des indischen Kastensystems und unter Anerkennung eines heterosexuellen Patriarchats entstand, hinter der Flut von Ritualen jedoch regiert eine unverkrampfte Freizügigkeit, die ihre Nachahmer vor allem dazu ermahnt, die Gleichberechtigung beider Sexualpartner zu berücksichtigen. Dieser Aspekt spielt auch beim Ausprobieren von Stellungen eine wichtige Rolle.

Zudem ist das Kamasutra eine Absage an »kraftlose« und »falsche« Gefühle und ein Plädoyer für »spontane« (also wahrhaftig und zwanglos empfundene) Liebe. Letzterer gibt man laut Original nach, indem man das Objekt der Begierde mit den 64 Kamasutra-Künsten umwirbt. Die bestehen nicht, wie häufig behauptet wird, aus 64 Sexstellungen, sondern reichen von Tanz über Gesang bis zur Intimpflege und dienen damit lediglich der Vorbereitung der körperlichen Vereinigung. Kommt letztere dann zustande, geht es pragmatisch zur Sache. Gleitgel, Dildos, Rollenspiel – im Kamasutra kommt das alles schon vor. Heutige Sexgewohnheiten deuten historische Modelle also lediglich um.

Sexuelle Kompatibilität: Der Schnelltest

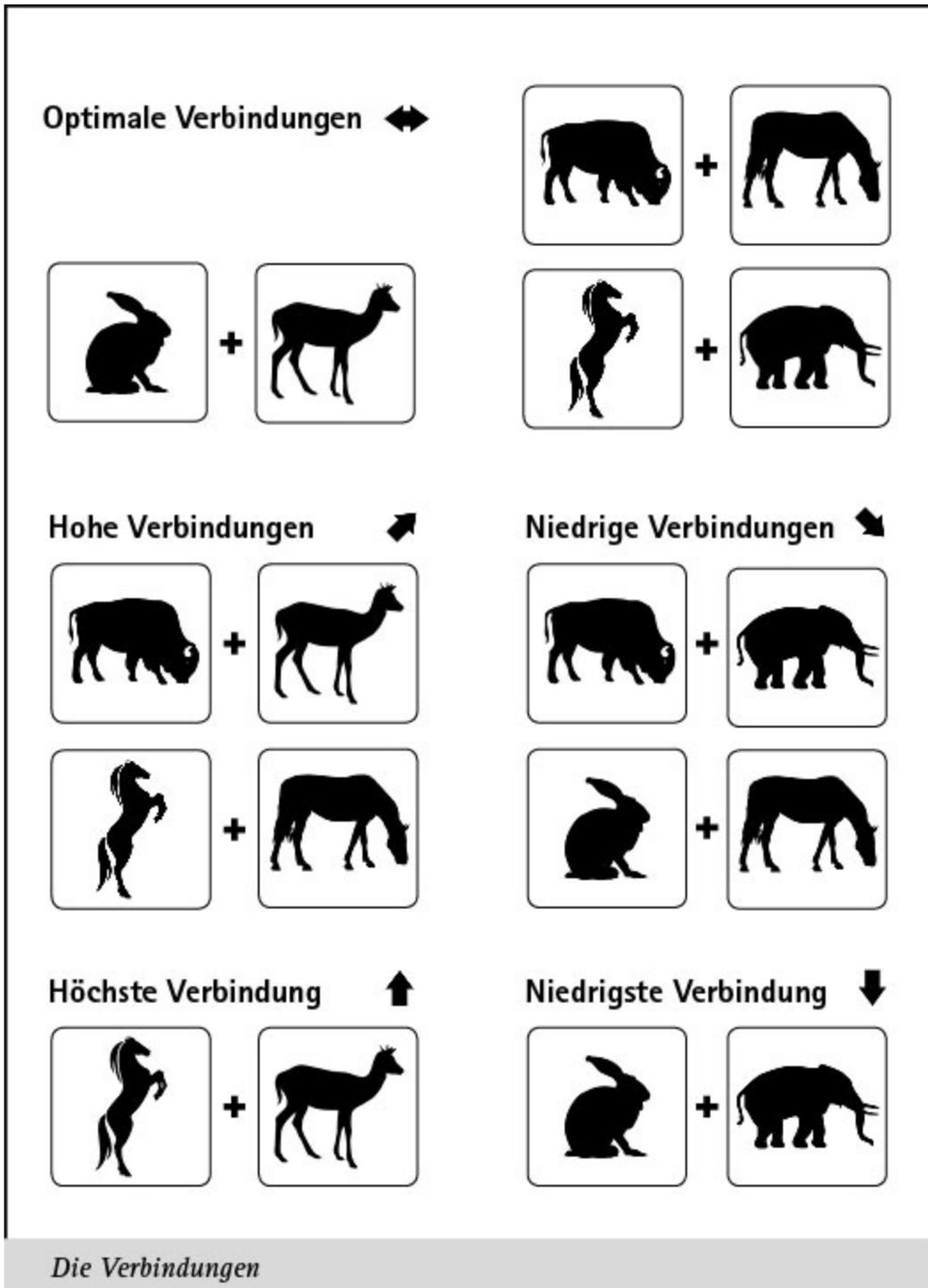
Eine beeindruckende Passage des Kamasutras beschäftigt sich mit Penisgrößen und Lochtiefen – beziehungsweise mit den Ausmaßen von »Lingam« (Schwanz) und »Yoni« (Muschi). Demnach ist ein Kerl mit einem S-Pimmel in der Kategorie »Hase« zu verorten, während ein M-Kandidat »Bulle« und alles über L-Format »Hengst« ist. Man fühlt sich prompt an

Planetromeo erinnert, oder? Was beim Online-Dating allerdings vernachlässigt wird, ist die Yoni-Kategorie. Sie ließe sich für den schwulen Bereich locker auf das Dehnungsvolumen des Anus übertragen. Ob man das mit den Kamasutra-Kategorien »Reh« (S), »Stute« (M) und »Elefantenkuh« (L) tun muss, sei dahingestellt, aber die aus den Zuordnungen resultierende Berechnung der sexuellen Kompatibilität zweier Partner ist allemal einen Gedanken wert. Sie folgt dem simplen Prinzip »Gleich und gleich gesellt sich gern«. Die »optimalen Verbindungen« lauten somit Hase-Reh, Bulle-Stute sowie Hengst-Elefantenkuh. Der Rest sind »hohe« und »niedrige« sowie »höchste« und »niedrigste« Verbindungen, wobei die »höchste« das Einstöpseln eines L-Schwanzes in ein S-Loch bezeichnet und die »niedrigste« das Einführen eines S-Schwanzes in ein L-Loch.

Soweit die Grundlagen. Ich weiß genau, dass jetzt viele mit offenem Mund dasitzen und entweder fragen »Wie war das jetzt?« oder schimpfen »Was 'n das für 'n Quatsch?«. Ich kann beide Reaktionen uneingeschränkt nachvollziehen. Schaffen wir also zunächst mit einer optischen Aufarbeitung Klarheit, danach geht es mit einer argumentativen Einordnung des ominösen Schelltests weiter.

In der schwanzfixierten Homoszene reagiert man auf Exkurse über Penisgrößen oft empfindlich bis zickig. Ein entspanntes Verhältnis zu diesem Thema setzt die völlige Zufriedenheit mit dem eigenen Gemächt und die Erhabenheit über Schwulenklichees voraus. Wer kann diese beiden Eigenschaften schon für sich beanspruchen? Bezogen auf den Kompatibilitäts-Schnelltest gebe ich zu, dass er mich in der Pubertät geil gemacht hat. Es ging halt um Schwanzgrößen. Das genügte damals, mich fickrig werden zu lassen. Die jüngste Wiederentdeckung des Lingam-Yoni-Schemas dagegen hat mich unweigerlich provoziert. Nach über einem Jahrzehnt schwuler Sozialisation samt Kamasutra-Abstinenz kamen mir die Theorien über »optimale«, »niedrigste« und »höchste« Kombinationen von körperlichen Attributen nur noch pauschalisierend und mackerhaft vor. Logisch, dass der Riesenschwanz in der Mini-Mumu die »höchste« Kür war, während der Winz-Dödel im Megaloch als »niedrigste Verbindung« abgetan wurde. Da schien wie üblich die Dominanz des Aktiven glorifiziert zu werden, während die Rolle des Passiven gering geschätzt wurde. Und was die »optimalen Verbindungen« anging – konservativer Blödsinn halt, der die Pflege des Normativen gegen den Bruch mit den Konventionen ausspielte.

Meiner theoretischen Empörung kam allerdings schnell die Besinnung auf praktische Erfahrungen in die Quere. Es gab in meiner frühen Schlampenphase nach dem Coming-out eine Zeit, in der ich sehr auf große Schwänze fixiert war, ihnen aber zumindest in der Rolle des Passiven selten gerecht wurde. Es war ein klassischer Fall von »Der Appetit ist größer als das Loch«. Mein Novizenhintern war einfach noch nicht fit für die ganz großen Hämmer. Umgekehrt gab es später Erlebnisse, wo ich an extrem gedehnte Fist-Schwestern geriet, bei denen ich überspitzt gesagt das Gefühl hatte, ich tauche meinen Ständer in einen Pudding. Ich sage damit nicht, dass man aus beiden Situationen nicht trotzdem eine für alle Beteiligten gewinnbringende Erfahrung herausholen kann, aber dafür bedarf es einer gewissen Entspanntheit und Erfahrung. »Optimal« sind sie als Grundvoraussetzung für eine erste geile Nummer also definitiv nicht – und um die Phase des sexuellen Kennenlernens und Erforschens geht es im Kamasutra nun mal.



Bei genauerer Betrachtung sind die Attributzuschreibungen aber sogar über die Pionierphase hinaus plausibel. Bezieht man die »höchste« Verbindung »Reh-Hengst« (also groß trifft auf eng) nicht auf ihren Status, sondern auf

Schwierigkeitsgrad und Lustfaktor, wird die Kategorie auf einmal schlüssig. Durch das unvermeidliche Ausweiten körperlicher Grenzen ist diese Paarung mit dem »höchsten« Widerstand verbunden, kann bei beidseitiger Geduld und mit etwas Erfahrung aber auch zum »höchsten« Lustgewinn führen. Dagegen ist die Kombination Mikropenis-trifft-Rosebud mit dem vergleichsweise »niedrigsten« Überwindungsaufwand verbunden, aus erotischer Sicht aber auch mit der »niedrigsten« Stimulationsrate.

Prinzip Befriedigung: Wissen, sagen, machen

Werden wir den Kompatibilitäts-Schnelltest also ganz unpräzise als das, was er sein sollte: eine Orientierungshilfe. Das Schema hilft dabei, Situationen schnell einzuordnen, Erwartungen abzustecken und Handlungsspielräume zu definieren. All das ist für ein sicheres Agieren mit einem Partner hilfreich. Wer die Lage peilt, lässt sich nicht so schnell von ihr aus der Bahn werfen. Und wer weiß, was er will, bewahrt sowohl seinen Lover als auch sich selbst vor Enttäuschungen. Genau das ist der Punkt, auf den ich mit dem Kompatibilitäts-Schnelltest hinauswill: das Wissen darüber, was man selber will. Es ist eine unbedingte Voraussetzung, um mit Sexstellungen Spaß haben zu können.

Das ist so ähnlich wie mit dem Aktiv-Passiv-Ding. Ich bin kein großer Freund von zementierten Rollenzuschreibungen und dem starren Einrichten in einer sexuellen Funktion. Ich finde auch, dass die Konfektionierung der eigenen Bedürfnisse im Online-Zeitalter überhandnimmt. Andererseits ist sie zumindest bei spontanen Sex-Dates mit Fremden einfach mal nötig. Sonst landet man am Ende in so lächerlichen Situationen, bei denen »Versatile«-Typ Nummer eins ganz unversatile die Kiste von »Versatile«-Typ Nummer zwei im Visier hat, während »Versatile«-Typ Nummer zwei seinerseits versucht, die Kiste des Ersten vor die Lunte zu kriegen. Noch schlimmer ist es, wenn zwei Dosen aufeinandertreffen.

Wahrscheinlich kennt jeder Zweite solche Situationen. Dem Rest rate ich, sich das Elend zu ersparen und dem Motto zu folgen: Erst wissen, was du willst, dann sagen, was du willst, dann machen, was du willst! Natürlich im

Einvernehmen mit dem Partner. Im besten Fall funktioniert das Motto ohnehin im Plural, aber wenn es zumindest einer der Beteiligten (also du) beherzigt, ist das schon die halbe Miete. Es gibt schließlich auch die Unentschlossenen, die ihren eigenen Bedürfnissen erst mithilfe der Willensbekundung des Gegenübers auf die Spur kommen. Aber das ist hohe Psychologie und gehört nicht hierher. Stattdessen machen wir uns lieber die Mittel der Orientierungshilfe zunutze und schärfen die Willenskraft mit der Stellungslegende.

Die Stellungslegende

Keine Angst, es gibt jetzt keine mythische Mär über die Ursprünge und Hintergründe der Bettakrobatik. Die »Legende« bezieht sich lediglich auf einen Symbolfahrplan, mit dem ich den folgenden Stellungsreigen zugunsten der besseren Orientierung verfeinere – so wie es die Legenden von Landkarten tun. Da sich das Hoch-/Niedrig-/Optimal-Prinzip aus dem Kompatibilitäts-Schema nahezu eins zu eins auf die Schwierigkeit und das Befriedigungspotenzial von Sexpositionen übertragen lässt, sind auch die Lektionen in diesem Buch mit dem bewährten Pfeilsystem gekennzeichnet.

	= Kompliziert aber ... Ich komme!
	= Sexfitness at its best
	= Nicht originell, aber geil
	= Mehr Verrenkung als Fick-Kick
	= Olympia statt Orgasmus

Stellungslegende