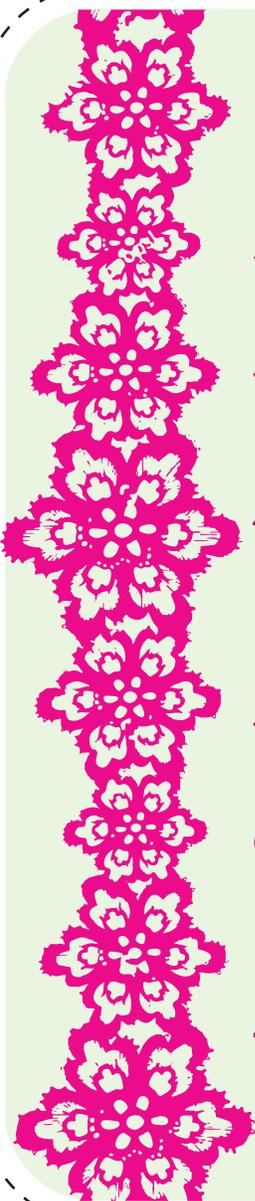


7

acciones para aumentar tu libido

4 1/2
Semanas
Vive tu sexualidad



1. Aumenta tu autoestima para sentirte linda (En Kena.com tenemos una súper guía).



2. Ve películas sensuales que te inspiren.



3. Aliméntate sanamente para que tengas energía.



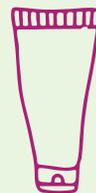
4. Recuerda esa vez tan candente, con tanto detalle como puedas.



5. Aprende qué te gusta a ti: tócate.



6. Descubre cuál de tus sentidos te pone cachonda: comer, escuchar, ver, tocar o oler.



7. Ábrete a nuevas experiencias, en una de esas te gustan.

Reto sexual de 30 días, ¡atrévete a un mes súper hot!

Anota en tu calendario KENA estos retos que te permitirán divertirme y soltarte. ¿Estás lista?

Llamalo a mitad del día y dile algo que te gustaría que te hiciera

KENA

Ve una película erótica, sola

KENA

Elige una postura sexual nueva

KENA

Manda una imagen sexy a tu pareja

KENA

Masturbense viendo al otro hacerlo también

KENA

Dile qué quieres y cómo lo quieres

KENA

Cumplete una fantasía a tu pareja

KENA

Laman un alimento sobre el cuerpo del otro

KENA

Arreglate como modelo y mándale una foto donde te sientas guapísima

KENA

Pide eso que tanto quieres

KENA

Sexo a oscuras: tápanse los ojos

KENA

Sean 9 1/2 protagonistas **Weeks**

KENA

Bátala frente al espejo, de manera sensual

KENA

Despiértalo a media noche con lo que más le gusta

KENA

Hazlo en un lugar nuevo (puede ser de la casa)

KENA

Prende la luz: véanlo todo

KENA

Finjan ser otras personas... y se conquistan en las calles

KENA

Manda un audio cachondo por Whatsapp

KENA

Escapen a un motel

KENA

Visita una sex shop y atrévete a comprar algo

KENA

Hazlo con tacones puestos

KENA

Un mañana antes de ir a trabajar

KENA

Sábado de no vestirse y pasársela en cama

KENA

Coman ostiones y camarones... aliméntense uno al otro

KENA

Juega con una pluma en el cuerpo del otro y viceversa

KENA

Utiliza una peluca y ropa sensual

KENA

Que te haga sexo oral hasta que termines

KENA

Utiliza un lubricante y observa si se siente distinto

KENA

Deplílate totalmente

KENA

Sean una película erótica juntos

KENA

Juego de la botella

Utiliza una botella pequeña y gírala. Lo que señale la punta será lo que te toca hacer.

