



ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ КРЕМА ДЛЯ МУЖЧИН «SEX EXPERT BIG MAX»

Благодаря достижениям современной сексологии и химии стало возможно менять объемы и формы половых органов с помощью продуктов нового поколения.

Уникальный крем для коррекции размеров полового члена «Sex Expert Big Max» в сочетании со специальными упражнениями или медицинскими изделиями (вакуумная помпа, экстендер) откроет новые возможности и подарит достойный размер своему обладателю.

Перед началом тренировок измерьте исходные размеры члена (в эрегированном и спокойном состояниях) и после регулярно отслеживайте ваши успехи!

МЕТОДИКА № 1 «SEX EXPERT BIG MAX» + СПЕЦИАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Внимание: для достижения желаемого результата требуется время и терпение. Необходимо ежедневно выполнять рекомендуемые упражнения по 15-20 минут. Для достижения оптимальных результатов член должен быть в не эрегированном состоянии (максимальная допустимая степень эрекции 50 %). Делайте перерыв после каждого упражнения в течение 2–3 минут. Член должен отдыхать не только после тренировки, но и во время выполнения упражнений.

ПРИМЕНЕНИЕ: ПЕРЕД НАЧАЛОМ ТРЕНИРОВКИ ОБИЛЬНО СМАЗЬТЕ ЧЛЕН В СПОКОЙНОМ СОСТОЯНИИ КРЕМОМ «SEX EXPERT BIG MAX». ЧЕРЕЗ 5 МИНУТ ПРИСТУПАЙТЕ К УПРАЖНЕНИЯМ.

• «КЕГЕЛЬ»

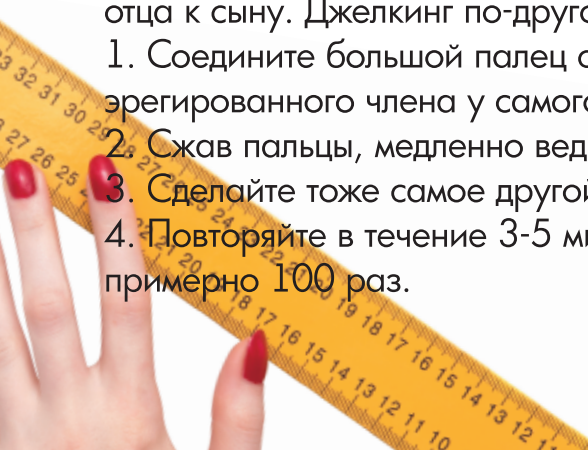
Это упражнение представляет собой «принудительную» эрекцию.

1. Соедините большой палец с указательным и обхватите «кольцом» ствол не эрегированного члена у самого основания.
2. Путем поступательных вертикальных движений и постепенного увеличения скорости приведите член из спокойного положения в состояние эрекции.
3. Перед полным возбуждением обязательно сожмите основание пениса на минуту.

• «ДЖЕЛКИНГ»

Это древняя техника Суданских Арабов, которая передавалась от отца к сыну. Джелкинг по-другому еще называют «доением».

1. Соедините большой палец с указательным и обхватите «кольцом» ствол не эрегированного члена у самого основания.
2. Сжав пальцы, медленно ведите «кольцо» до головки члена.
3. Сделайте тоже самое другой рукой. Снова поменяйте руку.
4. Повторяйте в течение 3-5 минут. Количество таких «доений» должно достигать примерно 100 раз.



• «РАСТЯЖКА»

В этом упражнении выделяют несколько уровней сложности. Первый вид упражнений – для начинающих. Ко второму и следующим ступеням можно переходить спустя месяц (и более) регулярных тренировок.

Для новичков: медленно растягивайте не эрегированный и расслабленный половой член в течение 15 секунд 10 раз. Повторите «растяжку» в различных положениях:

- к ягодицам – 10 повторов
- к лобку – 10 повторов

Второй уровень сложности: рекомендуется выполнять эти упражнения через месяц регулярных тренировок.

- Растяжка с поворотами на 360 градусов – 10 повторов

1. Растяните не эрегированный член вертикально вверх.
2. Одним движением совершите полный оборот члена, сделав полный круг в 360 градусов.

- Растяжка «маятник» – 50 повторов

1. Растяните член вправо и вниз. Удерживайте его в растянутом состоянии одну секунду.
2. Далее переместите член влево и вниз и удерживайте его в растянутом состоянии одну секунду.
3. Повторяйте пункты 1 и 2 (двигая член из стороны в сторону подобно маятнику). Выполняйте упражнение, держа пенис под различными углами.

Третий уровень сложности: рекомендуется выполнять эти упражнения через 2-3 месяца регулярных занятий.

- Внутренняя растяжка – 5 повторов

Упражнение выполняется в положении сидя с широко раздвинутыми ногами.

1. Соедините большой палец с указательным и обхватите «кольцом» ствол не эрегированного члена у самого основания. Важно: не хватайтесь за яички.
2. Потянув рукой вверх, растяните пенис и мошонку.
3. Параллельно с этим, возьмите член второй рукой и потяните его вертикально вверх. Удерживайте пенис и мошонку в растянутом состоянии 20-30 секунд.

Рекомендации: со временем увеличить интенсивность этого упражнения, слегка повысив силу, с которой вы тянете член и мошонку.

- Вращающая растяжка – 5 повторов (скручивайте член в разные стороны)

1. Скрутите член в 1-2 оборота.
2. Одновременно с этим вытяните пенис вперед. Удерживайте член в таком состоянии в течение 20-30 секунд.

- Двойная растяжка – 10 повторов (меняйте место обхвата члена)

1. Одной рукой возьмите член рядом с головкой и потяните его вертикально вверх.
2. Второй рукой ухватите пенис у основания и потяните его к лобку. Таким образом,

вы растягиваете член в разные стороны двумя руками. Удерживайте член в растянутом состоянии 20-30 секунд.

Четвертый уровень сложности: рекомендуется выполнять эти упражнения через 3-4 месяца регулярных занятий.

- Растяжка между ягодицами – 5 повторов

1. Встаньте и поднимите одну ногу (примерно до высоты колена).
2. Отведите руку за спину и возьмите член между вашими ногами и ягодицами. Внимание: не хватайтесь за головку.

3. Потяните пенис назад и вверх. Таким образом, член должен быть растянут между ягодицами. Удерживайте его в таком состоянии 20-30 секунд.

- А-растяжка – 5 повторов

1. Возьмите член одной рукой перед головкой и потяните его вперед.
2. Вторую руку поместите под вытянутый пенис.
3. Давите второй рукой на член вверх, используя ее как рычаг. Удерживайте пенис в таком состоянии 20-30 секунд.

Рекомендации: увеличивая силу давления на член, повышайте интенсивность. Для большего результата - ухватите рукой, которая находится под вашим членом, запястье другой руки.

- V-растяжка – 5 повторов

1. Возьмите член одной рукой у головки и потяните его вперед.
2. Надавить на пенис большим пальцем второй руки. Держите член в таком состоянии 20-30 секунд.

Рекомендации: прижимайте член пальцем в различных точках; для увеличения интенсивности – вместо пальца используйте запястье.

Пятый уровень сложности: рекомендуется выполнять упражнение через 4-6 месяцев регулярных занятий.

- Двойная вращающаяся растяжка – 10 повторов

1. Возьмите член одной рукой у головки и потяните его вертикально вверх.
2. Второй рукой ухватите пенис у основания и потяните его к мошонке.
3. Медленно растягивайте член, совершая круговые движения — ведите пенис налево, затем вниз, затем направо и снова наверх. Один полный круг должен длиться около 10-15 секунд.

Каждое упражнение должно заканчиваться легким массажем, который способствует расслаблению полового члена и восстановлению деятельности сосудов. Повторяйте упражнения в течение пяти дней. После чего сделайте двухдневный перерыв. Возможно чередование методик № 1 и № 2.

МЕТОДИКА № 2 «SEX EXPERT BIG MAX» + ВАКУУМНАЯ ПОМПА (МАССАЖЕР)

Вакуумная помпа действует следующим образом: вокруг члена образуются области низкого давления, и происходит активное кровенаполнение тканей мужского органа.

Для увеличения члена по этой методике также используйте крем «Sex Expert Big

Мах». Средство многократно усиливает приток крови, что повышает результативность процедуры. Крем является отличной смазкой, которая обязательна при использовании помпы.

За 5 минут до применения вакуумной помпы нанесите крем «Sex Expert Big Max» на ствол и головку пениса. Для снижения «подсасывания» воздуха можно дополнительно нанести средство на уплотнительное кольцо помпы. Приступая к упражнениям, внимательно ознакомьтесь с инструкцией, которая прилагается к вакуумной помпе.

После завершения стимуляции рекомендуется 25-50 раз потрясти членом вверх и вниз, чтобы добиться гибкости и ослабить напряженность связующих тканей.

МЕТОДИКА № 3 «SEX EXPERT BIG MAX» + ЭКСТЕНДЕР

Используйте экстендер совместно с кремом «Sex Expert Big Max» и согласно инструкции по применению или рекомендации врача.

Противопоказания: любые заболевания половой сферы. В этом случае необходимо проконсультироваться с врачом. Не тяните, не сжимайте и не выворачивайте самую деликатную и чувствительную часть члена – головку.

Внимание: при использовании любого метода, соблюдайте технику безопасности. Все упражнения не должны вызывать неприятных ощущений. При малейшем ощущении боли лучше сразу закончить упражнение, чтобы избежать травм. После тренировки обязательно нужно дать половому члену отдохнуть и восстановиться. Для достижения наилучшего эффекта, необходимо вести здоровый образ жизни: отказаться от вредных привычек, полноценно питаться, не переохлаждаться, заниматься достаточной физической нагрузкой.



ДЕЙСТВУЙ УЖЕ СЕГОДНЯ!

ПОКАЖИ СВОЕ ПРЕВОСХОДСТВО!

**«SEX EXPERT» ЗНАЕТ, ЧТО ТЫ
ДОСТОИН БОЛЬШЕГО!**

Узнай больше!

SEX-EXPERT.SU

