

Melinda Gallagher / Emily Kramer  
SEX



Melinda Gallagher  
Emily Kramer

# SEX

So machen's Frauen

Deutsch  
von Claudia Müller

blanvalet

Die Originalausgabe erschien 2005 unter dem Titel  
»A Piece of Cake« bei Atria Books,  
a trademark of Simon & Schuster, Inc., New York.



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100  
Das für dieses Buch verwendete FSC-zertifizierte Papier  
*München Super* liefert Mochenwangen.

1. Auflage

Copyright © der Originalausgabe 2005 by  
Melinda Gallagher und Emily Kramer

Copyright © der deutschsprachigen Ausgabe 2008 by Blanvalet Verlag,  
in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München.

Published in agreement with the author, c/o BAROR  
INTERNATIONAL, INC., Armonk, New York, U.S.A.

Copyright © der medizinischen Illustrationen by JN Graphics

Satz: Buch-Werkstatt GmbH, Bad Aibling

Druck und Einband: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN: 978-3-7645-0269-0

[www.blanvalet.de](http://www.blanvalet.de)

*I want to be the girl with the most cake.*

Courtney Love



# Inhalt

Die CAKE-Philosophie: So sehen wir die Welt	9
Teil 1 <i>Auf sich gestellt</i>	
1. Von der Geburt zum Babe	15
2. Rock Your Body – und hol dir deine Belohnung	32
3. Spielen Sie Solitär	47
4. Vibration ist alles	74
5. Schreien Sie, wenn Sie wollen!	88
Teil 2 <i>Auf geht's</i>	
6. Über die Missionarsstellung hinaus	107
7. Ein bisschen Hilfe von unseren Freunden	142
8. Dirty Talk	151
9. Express Yourself	162
10. Unverbindliche Begegnungen	175
Teil 3 <i>Bei der Sache</i>	
11. Der Porno-Mythos	203
12. Völlig »hetero«?	230
13. Machtspiele	253
14. Das CAKE-Sandwich	272
Danksagungen	300
Bibliographie	301





# *Die CAKE-Philosophie: So sehen wir die Welt*

Heutzutage haben Frauen ein lebendiges, abwechslungsreiches Sexualleben. Wir entfalten uns in unseren Beziehungen und Karrieren, haben unendlich viele Fantasien und erleben lustvolle Abenteuer. Eine eigene, starke weibliche Sexualkultur ist entstanden, und Frauen sind befriedigter als jemals zuvor.

Trotz dieses Fortschritts gibt es immer noch uralte Mythen und nicht auszurottende Missverständnisse über Frauen und Sex. Über die weibliche Lust wird in antiquierten Ausdrücken debattiert, wenn überhaupt darüber gesprochen wird. Es heißt, wir seien weniger sexuell als Männer, gelten entweder als »böses Mädchen« oder »braves Mädchen«, als sexy Babe oder asexuelle Mutter, als Heilige oder Hure. Von uns wird erwartet, dass wir eher gut aussehen als uns gut fühlen, wir werden aufgefordert, »es« vorzutäuschen, wenn wir es »nicht schaffen«, und im Allgemeinen werden wir zur Lust nicht gerade ermutigt.

Wie Frauen dargestellt werden und wie sie tatsächlich leben, fantasieren, denken und agieren, hat wenig miteinander zu tun. Deshalb haben wir im Jahr 2000 CAKE gegründet, um Klarheit zu schaffen. Die ersten Veranstaltungen fanden in New York statt, und später entstand eine Filiale in London. Wir schufen die CAKE-Website – [www.cakenyc.com](http://www.cakenyc.com) – und forderten Frauen auf der ganzen Welt auf, uns ihre sexuellen Erfahrun-

## Die **CAKE-Philosophie**

- Frauen lieben es, Sex zu initiieren
- Wir können an jedem Tag der Woche erregt sein
- Wir sind Augenmenschen
- Wir haben Fantasien
- Wir wissen, wie wir uns selber zum Höhepunkt bringen
- Wir mögen Sex (mehr als Einkaufen!)
- Wir wissen, wie unser Körper funktioniert
- Nach einem Orgasmus ist der Sex noch lange nicht vorbei

gen mitzuteilen. Unser Ziel war es, ein Forum zu schaffen und mit Frauen in einen Dialog zu treten, damit sie ihre Sexualität in alle Aspekte ihres Lebens integrieren konnten. Vom ersten CAKE-Event, bei dem wir Auszüge aus 100 der besten Erotikfilme auf riesigen Leinwänden gezeigt hatten, wussten wir, dass wir Erfolg haben würden! Die Schleusen öffneten sich und die Frauen begannen ... schmutzig zu reden!

In den letzten fünf Jahren haben wir mit Tausenden von Frauen persönlich und online geredet und gearbeitet. Der CAKE-Report ist entstanden, eine Online-Sexumfrage, in der demographische Daten, persönliche sexuelle Geschichten, Körperbild, Masturbationsgewohnheiten, Orgasmustechniken, Fantasien, Partnererkundungen, Verhütungspräferenzen und Praktiken zur sexuellen Gesundheit abgefragt werden. Langsam, aber sicher entstand eine neue, frische Sicht auf die weibliche Sexualität.

Viele der Frauen, die wir interviewt haben, leben in New York City. Andere sind über die Vereinigten Staaten verstreut, einige kommen aus Großbritannien oder sonstigen Ländern. Manche sind verheiratet und manche alleinstehend. Sie haben unterschiedliche Religionen. Die meisten haben einen College-

abschluss oder eine akademische Ausbildung, manche haben Kinder, und die meisten bezeichnen sich als heterosexuell, obwohl sie auf solche Etiketten nicht immer Wert legen.

In diesem Buch zeigen wir das Profil einer neuen Generation von Frauen. Es ist die Geburt der CAKE-Philosophie weiblicher Sexualität.

## ***Rezepte für die sexuelle Lust der Frau***

Wir wollen hervorheben, auf welche positiven Arten Frauen sexuelle Lust suchen und finden. Dabei behaupten wir nicht, dass alle Frauen Sexualität so erleben oder erforschen müssen, wie wir es beschreiben. Wir wollen den Frauen lediglich mehr Optionen an die Hand geben und ihnen zeigen, auf welcher vielfältigen Weise Frauen erregt werden oder zum Orgasmus kommen können.

Hier sind also die Rezepte, mit denen Sie Ihr Repertoire erweitern können. Wir holen die weibliche Sexualität aus ihrem Versteck.

Aus so einfachem Anfange sich eine endlose Reihe der  
schönsten und wundervollsten Formen entwickelt hat  
und noch immer entwickelt.

CHARLES DARWIN, ÜBER DEN URSPRUNG DER ARTEN

Teil 1

*Auf sich gestellt*



# 1

## *Von der Geburt zum Babe*

Im Sommer zwischen der 6. und 7. Klasse las ich *Bist du da, Gott? Ich bin's, Margaret* von Judy Blume. Margaret redete immer davon, wie sie ihren »speziellen Punkt« fand, und ich las das Buch mindestens zweimal, bis mir klar war, wo er war. Schließlich begann ich einfach, meinen eigenen Körper zu erforschen, und fand meine Klitoris sofort. Seitdem sind wir die besten Freunde!

ELIZABETH, 22

Wir beginnen unsere Reise bei dem Ursprung des weiblichen Sexuallebens – unserer Kindheit. Hier geht es nur um Selbstentdeckung; als Kinder träumen, fühlen, berühren und erforschen wir die Welt. Lange vor Ihrem »ersten Mal« hatten Sie eine erste Fantasie, und unter Umständen hat Ihr erster Kuss *nach* Ihrem ersten Orgasmus stattgefunden. Es gab Filme, die Sie erregten (können Sie sich noch an *Grease* erinnern?), lange bevor Ihnen überhaupt klar war, was es mit der Erregung auf sich hatte. In diesen Augenblicken sind wir zum ersten Mal mit sexueller *Lust* in Berührung gekommen. Und es ward Licht ...

Aber nicht alles war gut. Wir erfuhren, dass es unsere Rolle sein sollte, sexuell passiv, letztendlich monogam und eher emotional als sexuell zu sein. Das machte doch gar keinen Spaß!

Trotz dieser Botschaften forschten wir insgeheim weiter und suchten uns Informationen über unseren Körper zusammen. Mit Entschlossenheit und ein wenig Glück fanden wir unseren eigenen Weg zur Lust, und unsere sexuelle Entwicklung begann.

Rückblickend liegt es unserer Meinung nach auf der Hand, dass wir als Erwachsene nicht einfach zu sexuellen Wesen wurden. Wir waren es die ganze Zeit schon. Lassen Sie uns einmal einen Blick hinter die Kulissen werfen, damit wir uns anschauen können, wie unsere ersten Erfahrungen mit Sexualität uns heute beeinflussen. Machen Sie mit uns einen Ausflug über die Straße der Erinnerung – von der Geburt bis zum Babe.

### »Girls will be Girls«

Sie sind etwa elf Jahre alt und liegen umgeben von Ihren Kuscheltieren im Bett. Die Decke steckt zwischen Ihren Beinen, und sie beginnen neugierig, sie hin und her zu reiben. Zuerst ist es ein Gefühl wie Jucken, es wird besser, je fester Sie reiben; immer fester und schneller biegen Sie sich der weichen Bettdecke entgegen, bis Sie explodieren. Sie sind schockiert und erstaunt, erzählen aber niemandem von Ihrer neuen Lieblingsbeschäftigung im Bett. Kurz darauf beschließen Sie, sich auch einmal mit den Fingern zu berühren, und Sie finden Ihre empfindliche Klitoris. Ihr nächtliches Ritual entwickelt sich, nach und nach erfahren Sie, dass Sie Ihren Geruch mögen, dass Ihre Brustwarzen gerne gedrückt werden und dass sich die Luft vom Deckenventilator gut auf Ihrem Körper anfühlt – alles Dinge, die Sie heute noch mögen.

*Oh, was wir alles erst ausprobieren müssen!* Renee (27) wünscht, man hätte ihr gesagt, dass ihre ersten sexuellen Gefühle (und sie hatte eine ganze Menge) ganz natürlich waren. Woher sollte sie als Siebenjährige auch wissen, dass sie nicht



das einzige Mädchen war, das im Sportunterricht gerne am Seil hinaufkletterte! Niemand, noch nicht einmal ihre Freundinnen hatten mit ihr jemals über Sex, geschweige denn über Masturbation geredet, deshalb versuchte sie krampfhaft, ihre Hände bei sich zu behalten. Auf der Junior High hörte sie, dass Jungen »sich einen runterholen«, aber da das als »schlimm und schmutzig« galt und das, was sie tat, sich so gut anfühlte, musste es wohl etwas ganz anderes sein.

Der weibliche Körper kann nicht so kompliziert sein, wenn eine Sechsjährige ihn ohne weitere Anweisungen bedienen kann. Roberta (23) stieß auf ihre Klitoris, als sie sich nach dem Pinkeln abwischte. Sie merkte, dass irgendetwas anders war als sonst, wiederholte die Bewegung und entdeckte ihre Klitoris. Wenige Augenblicke später hatte sie ihren ersten Orgasmus. All dies geschah, ohne dass sie überhaupt wusste, was da mit ihr passierte; für sie spielte nur eine Rolle, dass es sich toll anfühlte! Wenn wir erst einmal Erregung empfinden, sind die natürlichen nächsten Schritte Masturbation und hoffentlich Orgasmus – genau diesen Weg nehmen die meisten Mädchen, wie Entenküken, die zum Wasser streben.

Klar, es ist nicht immer so einfach. Maggie (35) versuchte schon frühzeitig, sich selber zu berühren. Es fühlte sich ganz nett an, aber der magische Augenblick stellte sich nie ein. Als sie 14 war, überredete ihr Freund sie, es noch einmal zu versuchen. Eines Tages rieb sie also immer weiter, um herauszufinden, was er so aufregend daran fand. Während des Mittagsschlafs in der Schule benutzte sie abwechselnd Zeigefinger und Mittelfinger, weil die Finger irgendwann müde wurden, und nach über einer Stunde gelang dem rechten Mittelfinger schließlich der Durchbruch. Sie weiß noch, dass sie gedacht hat: »Mein Kopf explodiert, ich werde hier sterben, so werden sie mich finden, mit der Hand in meinem Höschen!«

Wenn Frauen früh lernen zu masturbieren und es häufig tun, ist dies ein Grund zum Feiern. Nach unserem ersten Orgasmus

gibt es kein Zurück mehr. In einem einzigen Moment beginnen wir wahrhaftig, die Beziehung zwischen sexuellen Gedanken, dem Gefühl »da unten«, der Fähigkeit unseres Körpers, Lust zu erleben und der ganzen positiven Macht, die dahintersteht, zu verstehen. Wir wissen vielleicht nicht, was das alles bedeutet, aber wir sind sicher, dass wir es immer wieder tun wollen ...

*Lust-Tipp:* Denken Sie an eine Technik, die sie ganz alleine entdeckt haben (vielleicht das Springen auf dem Hüpfball als Kind ...), und versuchen Sie es jetzt noch einmal.

## **Familienzeit**

Sie nehmen sich gerade Zeit für sich in der Badewanne, da kommt Ihre Mutter herein und schreit: »Hör auf, dich anzufassen! Komm aus der Wanne, und lass die schmutzigen Gedanken!« Sie wussten es doch! Für Ihr böses Verhalten kommen Sie direkt in die Hölle. Aber statt Ihre Sünden zu bereuen, lernen Sie, heimlicher vorzugehen.

Wenn man Masturbation zu Hause verstecken muss, kann man sich leicht seiner sexuellen Entwicklung schämen. Selbst wenn wir nicht explizit entmutigt werden, ahnen wir trotzdem, dass unsere Gewohnheiten als »böse« gelten. Werden wir ein bisschen von außen entmutigt, gehen wir auf unsere einsamen Reisen, um herauszufinden, wie wir aktiv Lust empfinden können. Bekommen wir jedoch einen kleinen Schubs in die richtige Richtung, dann geht die Post ab. Yippie!

Als Melissa dreizehn war, hat ihre Mutter ihr in weiser Voraussicht ihren ersten Vibrator geschenkt! Sie erklärte ihr, wie wichtig es sei, erst einmal herauszufinden, was einem selber Spaß macht, bevor man es mit einer anderen Person versucht. Diese mütterliche Tat gab Melissa (heute 31) das Gefühl, ihr

Körper und ihre Lust gehörten ihr ganz allein und es sei ihre Sache, wann sie sie mit jemand anderem teilen wollte. Viele Jahre und Tausende von Orgasmen später hat sich der Rat von Melissas Mom als äußerst klug erwiesen.

Melissa, du kannst dich glücklich schätzen! Nicht viele von uns bekommen so positive Richtlinien von ihrer Familie, sondern schlagen aus Unwissenheit einen Weg ohne sexuelle Erfüllung ein oder müssen sich alles selber beibringen. Wir alle haben von den Vögeln und den Bienen gehört, aber wer von uns wollte denn schon wissen, wie der sexuelle Akt im Tierreich vor sich geht? Wir wollten wissen, wie der *menschliche* Orgasmus vor sich geht und warum wir die Hände nicht aus der Unterwäsche halten können.

Lula (35) erinnert sich daran, dass ihre Mutter zwar einen Vorstoß gemacht hat, um sie aufzuklären, aber dann verlegen aufgehört hat. Eines Tages brachte sie ein Buch mit nach Hause, aus dem sie ihr und ihrer Schwester vorlesen wollte, aber schon auf der ersten Seite begannen alle zu lachen, und das war es dann. Lulas Mom schlug das Buch zu und sagte: »Na gut, dann müsst Ihr es Euch eben selber beibringen!« Genau das tat Lula auch.

Mädchen wie Jungen erfahren schon sehr früh Erregung; es ist eine rein körperliche Reaktion. Wir brauchen uns der frühen Erforschung weder zu schämen noch zu fürchten, dass sie sofort zu Beziehungen und Geschlechtsverkehr führt. Wenn wir klein sind, ist sexuelle Lust noch kein Tabu – sie ist einfach da.

*Lust-Tipp:* Erzählen Sie Ihrem Partner oder einer Freundin etwas Lustiges über Ihre sexuelle Entwicklung, das er oder sie Ihnen nie zugetraut hätte – zum Beispiel, dass Sie jeden Nachmittag nach der Schule masturbiert haben.

### **Für Eltern:**

Kinder sind sexuell neugierig, das ist natürlich, normal und gesund. Sie waren es, und Ihre Kinder werden es ebenfalls sein. Sie können sie nicht davon abhalten – warum sollten Sie auch? Wenn Sie mehr Informationen über die Phasen der kindlichen Sexualentwicklung suchen, lesen Sie Debra W. Haffner, *From Diapers to Dating: A Parent's Guide to Raising Sexually Healthy Children*.

## **Sexualität in der Schule**

Erinnern Sie sich noch an den lustigen Sexualkunde-Unterricht, den wir alle besuchen mussten – die Mädchen in dem einen Klassenzimmer, die Jungen im anderen? Wir wussten zwar nicht so genau, was bei den Jungen passierte, aber für uns Mädchen hing die gesamte Welt der weiblichen Sexualität mit der Menstruation zusammen. Musstet Ihr uns unbedingt erzählen, dass wir bald anfangen würden zu bluten und dann einen merkwürdigen Baumwollstopfen in uns hineinschieben müssten und beten würden, nicht am toxischen Schock zu sterben? Die Pubertät ist eine gemeine Zeit!

Zweidimensionale Bilder des Uterus sehen aus wie ein Kuhschädel mit Eierstöcken statt der Ohren und Hörner. Langweilig im besten Fall, angsteinflößend im schlimmsten. Später erfahren wir, dass wir uns auch vor dem Umgang mit den Jungen fürchten müssen.

Sexualkunde-Unterricht erteilte unsere Sportlehrerin, was irgendwie seltsam war. In ihrem violetten Trainingsanzug aus Frottee erzählte sie uns alles von den Schrecken einer Teenager-Schwangerschaft und zeigte uns furchtbare Bilder von jeder denkbaren sexuellen Erkrankung unter der Sonne. Das passiert

Mädchen, die sich zu früh darauf einlassen. Du böses, böses Mädchen, du! Von Masturbation war natürlich nicht die Rede, auch nicht davon, wie viel Spaß Sex oder der Orgasmus machen können. Auf Lust wurde überhaupt nicht hingewiesen.

## **Input → Output**

In deinem Zimmer hängst du Boygroup-Pinups an die Wände und drückst deine Lippen auf das kühle, glänzende Papier. *Mmmm ... hmm*. Dann schließt du die Augen, rollst den Kopf vor und zurück und schlingst die Arme um deinen Körper, als ob Simon Le Bon bei dir im Zimmer wäre. Was ... machst du ... da eigentlich? Wir mögen ja kreativ sein, aber diese Bewegungen erfinden wir doch nicht selber. Als Kinder haben wir eifrig alles an Informationen um uns herum aufgenommen und ausprobiert. Noch bevor wir eine Ahnung haben, was wir sehen oder lesen, reagieren wir auf sexuelle Bilder oder Ideen.

Bemerkenswert viele Frauen erleben ihre ersten sexuellen Gedanken, wenn sie die *Playboy*- oder *Penthouse*-Magazine ihres Vaters finden, versteckt in Wäscheschubladen, ganz hinten im Schrank oder unten im Keller. Genauso häufig kommt es vor, dass wir nachts zufällig auf einen privaten Fernsehsender oder die Pornovideos unseres Bruders stoßen. Wenn wir über diese »Unterhaltung für Erwachsene« stolpern, empfinden wir Staunen, Neugier und ein gewisses Prickeln. Wir erfahren unmittelbar, dass Sex eine visuell erregende Erfahrung ist.

Rose (34) hat einen Tennisball von den Dachbalken in der Garage ihrer Eltern heruntergeholt, wobei die gesamte *Penthouse*-Sammlung ihres Vaters auf sie herunterkrachte. An jenem Nachmittag hat sie mindestens sechs Zeitschriften verschlungen und auf dem kalten Zementboden sitzend fasziniert die Bilder nackter Frauen betrachtet. Sie kamen ihr mächtig und selbstbewusst vor, wie Superheldinnen oder Göttinnen,

glücklich, zufrieden und sogar dominant. Aus den Zeitschriften erfuhr sie, dass man auch im Kostüm Sex haben kann, und der Zwölfjährigen gefiel der Gedanke, sich verkleiden zu können, besonders gut. Anscheinend waren die Möglichkeiten endlos: Man konnte es auf einem Zahnarztstuhl treiben, während der Zahnarzt zuschaute, auf der Motorhaube eines Autos mit dem Mechaniker oder im Heu bei Reitstunden – sie fand, das sah alles toll aus.

Als Kinder können wir die Politik der Pornoindustrie noch nicht beurteilen. Diese Bilder zeigen uns einfach nur einen Teil unserer Sexualität, der sonst im Verborgenen bliebe. Man könnte annehmen, dass die gestellten Posen und fototechnisch bearbeiteten »Schönheiten« uns abgestoßen hätten, aber unsere erste Reaktion auf diese Bilder war Faszination.

In diesen Hochglanzmagazinen eröffnete sich uns eine völlig neue Welt. Die Erfahrung, eine Zeitschrift aufzuschlagen und zum ersten Mal Frauen oder Paare in sexuellen Situationen zu sehen, ruft sofort eine körperliche Reaktion hervor. Judi (39) spürte dieses Prickeln zwischen den Beinen zum ersten Mal im Haus ihrer Schwester und ihres Schwagers. Sie ging in den Hobbyraum, der wie eine Bar eingerichtet war, mit Herren- und Damentoilette. Als sie neugierig die Tür zur Herrentoilette öffnete, stellte sie fest, dass schmutzige Poster an den Wänden hingen und überall Zeitschriften herumlagen, bei deren Anblick ihr ganz schwindlig wurde. Natürlich wanderte ihre Hand in ihr Höschen, und sie kam rasch zum Höhepunkt. Sie können wetten, dass sie noch häufig in dieser Toilette verschwand.

Nachdem Violet (26) ihre erste *Penthouse*-Ausgabe entdeckt hatte, malte sie selber Penisse und Brüste in allen Regenbogenfarben und wurde dabei erwischt. »Ich kann mich nicht erinnern, warum ich es eigentlich getan habe, aber ich weiß noch, wie verlegen ich war, als die Schwester meiner Freundin die Zeichnungen vom Tisch nahm. ›Ich sage es Mom!«, rief

sie und rannte den Flur entlang. Ihre Mutter fuhr mich sofort nach Hause und nahm mir das Versprechen ab, dass ich meiner Mutter erzählte, was ich getan hatte. Ich erzählte es ihr natürlich nicht, und ich weiß noch, wie dankbar ich war, dass meine ›Missetat‹ unbestraft durchging; ich würde nie wieder einen nackten Menschen zeichnen, beschloss ich! Es war eine verdrehte Lektion. Ich hatte Angst, von meinen Eltern dafür bestraft zu werden, dass ich die Bilder imitierte, die mein Vater insgeheim so gerne anschaute.«

»Video killed the radio star« ist ein Motto der 1980er Jahre, und die Kurve unserer sexuellen Erfahrung verändert sich. Wir alle wollen MTV, der Typ vom Kabelfernsehen kommt zu uns nach Hause und installiert die magische Box. Auf einmal brauchen wir keine Antennen mehr, und die Möglichkeiten sind endlos. Du lieber Himmel, es gibt fast sechzig Kanäle!

Warte mal, was ist das denn hier? Man sieht fast nur Wellenlinien, Farben und ... ineinander verschlungene nackte Körper. Da ist so etwas Ähnliches wie Aufzugmusik, aber cooler, und man hört vages Stöhnen und Kreischen. »O Gott. Oh, ja, Baby. Besorg es mir!« Was ist da los? Warte, ist das echt? Was machen die da? Warum kriege ich so ein komisches Gefühl zwischen den Beinen?

Bianca (21) schaute sich immer Sexszenen im Late-Night-TV an, wenn ihre Eltern schliefen, und sie hatte ihren ersten Orgasmus mit fünfzehn, als sie einem Mädchen zusah, das auf dem Playboy Channel masturbierte. Staunend beobachtete sie, wie die Darstellerin stöhnte und seufzte, und griff sich selbst zwischen die Beine, um die Bewegungen nachzuahmen.

So erregend diese neuen Entdeckungen sind, Sie wissen ganz genau, dass Sie sie geheim halten müssen. Sie entwickeln Techniken, um rasch umzuschalten, und für den Fall, dass die Eltern früher als erwartet nach Hause kommen, achten Sie auf die Lautstärke. Das macht den Spaß doch nur noch größer! Suzie (32) erregte die Vorstellung, beim Masturbieren zu verbo-



Melinda Gallagher, Emily Kramer

**Sex**

So machen's Frauen

DEUTSCHE ERSTAUSGABE

Paperback, Klappenbroschur, 304 Seiten, 13,5 x 20,6 cm  
20 s/w Abbildungen

ISBN: 978-3-7645-0269-0

Blanvalet

Erscheinungstermin: September 2008

Some like it hot!

Keine Lust mehr auf Sex ohne Orgasmus? Endlich mal die geheimsten Fantasien ausleben? Oder auf der Suche nach dem perfekten Vibrator?

Antworten auf diese und viele andere Fragen gibt es in diesem exklusiven Ratgeber. »SEX. So machen's Frauen« ist das ultimative Handbuch für eine neue Generation von Frauen, die selbstbewusst herausfinden will, was sie richtig anmacht. Frech und forsch vermitteln die beiden Autorinnen Tipps und Tricks, wie frau ihren Weg zur Lust findet. Ob allein, zu zweit oder zu dritt, mit Hilfsmitteln oder ohne – hier gibt es keine Tabus. Erfahrungsberichte und Anregungen von Leserinnen runden das Thema ab. Ein amüsanter und informativer Ratgeber, der Frauen ermutigt: Sagt, was euch gefällt, lebt eure Fantasien und habt genau den Sex, der euch anmacht!



[Der Titel im Katalog](#)