



7-TAGE- SEX-CHALLENGE?

DU SCHAFFST DAS!

Was hast du zu erwarten?

Zu Beginn der Ehe ist Sexualität etwas Aufregendes und Neues. Es fühlt sich geheimnisvoll an und prickelnd an. Wir geben uns Mühe und es braucht oft nicht viel, um sich körperlich anzunähern. Je länger die Ehe besteht, desto größer ist die Gefahr, dass die Kraft von Sexualität verloren geht. Wir glauben, dass die gesunde Kombination von Sex, Liebe und Engagement mehr als nur das Fundament einer starken Ehe ist... es ist der Klebstoff, der eine Ehe zusammenhält.



„Sex, der zu ernst ist, wird der Leidenschaft und des Späßes beraubt, die für einen gesunden Genuss von Sex unerlässlich sind.“
C.S. Lewis

Auf der einfachsten Ebene bedeutet es, dass du und dein Ehepartner 7 Tage hintereinander Sex habt. Aber es ist wirklich so viel mehr als nur Sex.

Dies ist eine Gelegenheit für dich und deinen Ehepartner, euch wirklich aufeinander zu konzentrieren und Sexualität als eine Säule der Intimität in eurer Ehe zu einer Priorität zu machen.

Dies ist eine Chance, eure Kommunikation auf die nächste Ebene zu heben, während Ihr das tägliche Rendezvous und intime Ereignis plant und verhandelt.

Es ist eine Zeit für euch kreativ zu werden – seien wir ehrlich, Sex am selben Ort, in derselben Position und zur selben Tageszeit für sieben Tage hintereinander zu haben, wird ein wenig langweilig.

Nutzt diese Herausforderung, um aus den Routinen auszubrechen und etwas Neues, Romantisches und Anderes auszuprobieren.

Letztendlich ist die 7-Tage-Sex-Challenge eine Möglichkeit für dich und deinen Ehepartner ehrlich und authentisch voreinander zu sein und eure Ehe nicht nur für 7 Tage herauszufordern, sondern eine positive Dynamik bis weit in die Zukunft zu entfachen.

Also, es geht los! Ihr schafft das!!!



Die Strategie Habt Sex

01
TAG

OPTION. MORGEN SEX

Sex am Morgen muss kein Hochleistungssport sein und braucht keine Verrenkungen, im Gegenteil, er ist oft behutsam, zärtlich und einfühlsam.

OPTION: SEX AN EINEM NEUEN PLATZ

Unser Kopf ist das steuernde Sexualorgan und Vertrautheit ist oft ein Gegenspieler von Begehren. Schon ein Raumwechsel kann für neuen Schwung sorgen. Oder Sex auf einem Bürostuhl oder Schreibtisch?

02
TAG

03
TAG

OPTION: EIN QUICKIE

Spontan-Sex! Ohne großartiges Vorspiel und Streicheleinheiten. Kurz und wild - egal wo, wann und wie. Dauer: Maximal 5 Minuten!

OPTION: FOKUSSIERT AUF DAS VORSPIEL

Und das soll jetzt anregend sein? Ja, genau das! Denn nichts macht Sex so besonders, als das innige Gefühl von Geborgenheit und Liebe. Ganz wichtig: romantische Worte, zärtliche Küsse und jede Menge Streicheleinheiten! Dazu passt Sex in Zeitlupengeschwindigkeit. Fühlt sich mal ganz neu und intensiv an!..

04
TAG

Die Strategie Habt Sex

05
TAG

OPTION: VERSUCHT EINE NEUE POSITION

Eine oder mehrere neue Positionen können die Routine durchbrechen. Macht euch schlau und werft jeweils eine neue Position ins Rennen. Wichtig ist, dass dabei nicht die Grenzen des Anderen überschritten werden dürfen. Aber traut euch ruhig was.

OPTION: ROMANTISCHER KUSCHELSEX

Hier wird besonders das innige Gefühl von Geborgenheit und Liebe betont. Ganz wichtig: romantische Worte, zärtliche Küsse und jede Menge Streicheleinheiten! Dazu passt Sex in Zeitlupengeschwindigkeit. Fühlt sich mal ganz neu und intensiv an!

06
TAG

07
TAG

OPTION: GEHT AUF EURE FANTASIEN EIN

Der Showdown kann beginnen - und zwar wird's jetzt weniger spontan, dafür richtig kreativ! Jeder von euch schreibt seinen Wunschsex als Drehbuch nieder, mit allen Stellungen, Orten und sonstigen Details, die euch so einfallen. Dann versucht Ihr, die Handlung genau so umzusetzen. So könnt ihr wunderbar feststellen, welche der Fantasien euch auch in der Realität anmachen.