



HOTEL LLEGENDES  
DE GIRONA



*“Un Hotel de Llegendes”*

# Manual del Sofá Eros



# Descubre el sofá Eros

El Hotel Llegendes de Girona pone a su disposición el sofá Eros, diseñado para descubrir nuevas sensaciones y proporcionar un sistema de soporte que permite practicar cómodamente una amplia variedad de nuevas y apasionantes posiciones sexuales.

Mientras hace el amor, notará una sensación de ingravidez y, gracias a su diseño ergonómico, los ángulos pélvicos, tanto del hombre como los de la mujer, cambian, abriendo una cantidad enorme de posibilidades. Descubra nuevas sensaciones desconocidas hasta ahora.

El sofá Eros esta especialmente diseñado para practicar el sexo tántrico, una disciplina oriental que ha desarrollado infinidad de técnicas sexuales que aportan beneficios tanto para la mente y el cuerpo, como para la evolución espiritual.

Déjese llevar hacia una mejor preparación del cuerpo para el orgasmo tántrico, el cual va más allá del simple placer genital occidental.



# El sexo Tántrico paso a paso



## Convierta la habitación el templo del amor

Ilumine al ambiente con velas blancas perfumadas, coloque flores frescas en jarrones i tenga a mano aceites i bálsamos para hacer masajes. Escoja una música suave que favorezca la relajación y prepare una bandeja con fruta y agua para momentos de descanso. Antes de iniciar la sesión, baje el timbre del teléfono o desconéctelo. Asegúrese que nada le interrumpa.



## El momento de las caricias

Con un aceite o bálsamo haga un tierno masaje a su pareja con movimientos lentos y suaves. Primero circulares y, después, de arriba a bajo, explorando todo el cuerpo. Haga que sus dedos busquen su propio placer. Absténgase de tocar los pechos y la zona genital, puesto que se reservan para el final. Acárciense durante quince minutos, hagan un descanso y vuélvanse a acariciar.



## Déjese llevar por el ritmo de la respiración

En el Tantra las palabras sobran, el ritmo lo marca la respiración. Estiraos cara a cara y empezad a respirar de forma pausada y sincronizada. Cuando uno exhale, el otro inhala, así uno respira el aire del otro y viceversa.

Cierren los ojos y noten como el aire recorre todo su cuerpo. Poco a poco, los pensamientos irán desapareciendo y entraran en estado de meditación.



## El beso del deseo

Estiraos uno al lado del otro, miraos y besaos sin tocaros. Seguid el ritmo de la respiración. Cada vez más cerca. Miraos fijamente y besaos la piel. Recorred mutuamente el cuerpo de vuestra pareja con vuestros labios.

Apóyese de espalda y permítale que acaricie sus pechos. Déjese llevar por las sensaciones sin precipitarse. Con sus dedos, recorra toda la longitud de su pene.

Abrace a su pareja mientras le acaricia la vulva y los pechos, suave y dulcemente.



## Penetración tántrica

Descansad nuevamente mientras seguís respirando de forma pausada; preparaos para una penetración completamente diferente a la que conocéis. En la disciplina tántrica, el hombre no hace el amor a la mujer ni la mujer se lo hace al hombre. Son dos universos que se conectan. El ritual tántrico concibe la penetración como un paso más para el acercamiento de los cuerpos, no como una meta, por eso la primera etapa de la penetración debe ser estática.

Empezad la penetración, pero el pene debe quedar inmóvil dentro de la vagina mientras continuáis acariciándoos suavemente.

En breves instantes, notará como su vagina se relaja por completo y como empieza a moverse rítmicamente por sí sola.

Al mismo tiempo, notará como su pene se mueve, como absorbido por los movimientos de la vagina. Este paso debe durar unos 30 minutos.



## Posponiendo el orgasmo

Si la erección es muy fuerte y se acerca la eyaculación, vuelvan a los ejercicios de respiración y a las suaves caricias.

También el hombre puede apretar con dos dedos la zona del perineo para evitar la eyaculación, situada entre el escroto y el ano.



## El coito

Después de dos o tres horas de caricias tántricas, su cuerpo y el de su pareja, estarán sumidos en el punto más álgido de la excitación. Notarán que forman un solo cuerpo. Déjense llevar por las agradables sensaciones, pudiendo iniciar el coito de manera lenta y suave, hasta que se produzca el orgasmo, produciendo el placer más grande que jamás hayáis sentido, desde la punta de los dedos de los pies, hasta la punta de la cabeza os uniréis en un solo cuerpo.





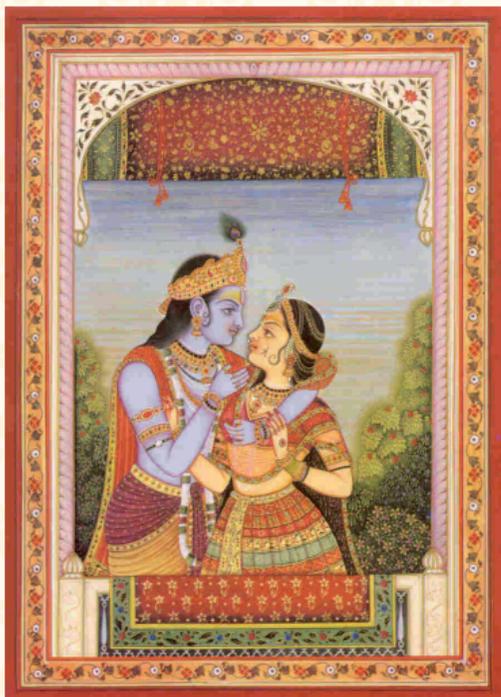












Amante amigo,  
te invito al templo de nuestro amor  
Hagamos de la noche un sueño  
un sueño donde solo existan dos

Nuestro lecho nos invita, a la danza del amor  
Velas blancas, flores frescas, aceites y bálsamos  
Música romántica, ingredientes necesarios  
para nuestra gran noche de amor

Acariciame con la mirada, desnudame con tu voz  
Explora mi cuerpo entero, ámame con tus cinco sentidos  
Envuelve mi cuerpo con el tuyo,  
entrelaza tu mirada con la mía  
y haz estremecer mi cuerpo de placer  
sin penetrar mi cuerpo sedienta de ti  
Deseo sucumbir a tus caricias, y a tu pasión,  
deseo ser tuya y de nadie mas,  
deseo beberme tu alma a sorbos,  
y también poder saciar tu sed de amor

Amante amigo, la noche sera cómplice de nuestra entrega  
Danzaremos al amor, en la hoguera de nuestra pasión  
Dos cuerpos, dos almas,  
dos corazones que se convertirán en solo uno  
Exploraremos nuestros cuerpos, hasta fundirnos  
en un solo éxtasis, la noche entera sera un orgasmo total

Amante amigo,  
lame mi torso, saborea mis besos,  
acaricia mi entrepierna, lame con tu lengua cada  
centímetro de mi piel, y penetra tu lengua cálida  
en mi boca trémula de ti  
Lame mi cuello, encuentra mi punto mas débil,  
quiero enloquecer con tus caricias,  
caballero de mi pasión

Las palabras sobran,  
nos comunicaremos con nuestra respiración,  
nuestra vista y nuestro tacto  
Nos amaremos hasta el amanecer,  
y experimentaremos múltiples orgasmos

Nos amaremos una y otra vez, sin tener que llegar al coito  
El placer sera eterno, en una noche que jamas olvidaremos  
Una noche donde dos almas se regocijaron,  
y donde dos cuerpos se fundirán  
en las caricias del amor y del placer

Haremos el amor con todos los sentidos  
Seré tu amante perfecta, de una forma única,  
viviremos algo nuevo, algo sutil, y muy sublime,  
nuestros cuerpos harán poesía, en un amor erótico,  
un amor espiritual, una entrega única,  
una entrega total que jamas olvidaremos.



### L'Hotel Llegendes de Girona,

Està ubicat en un indret idil·lic i privilegiat, al bell mig del casc antic de la ciutat de Girona. Un lloc relaxant per endinsar-se a la història, a través de llegendes que el transportaran, a un món de romanticisme i plaers ocults; sensacions ideals per compartir amb cava i bombons, a la nostra Habitació dels Enamorats; on amb el Sofà Eros podrà posar en pràctica l'art de l'erotisme i la seducció tântrica il·lustrada en aquest llibret.

### L'Hotel Llegendes de Girona,

est situé dans un lieu idyllique et privilégié, dans le milieu de l'ancien casque de la ville de Girona. Un lieu relaxant pour s'aventurer dans l'histoire à travers de légendes, celles qu'ils transporteront à un monde de romantisme et plaisirs occultes; sensations idéales pour partager avec cava et chocolats à notre Chambre des Amoureux, où avec le Sofa Eros vous pourrez mettre en pratique l'art du érotisme et la séduction tântrica illustrée dans cette brochure.

### L'Hotel Llegendes de Girona,

Está ubicado en un lugar idílico y privilegiado, en medio del casco antiguo de la ciudad de Girona. Un lugar relajante para adentrarse en la historia a través de leyendas que lo transportarán a un mundo de romanticismo y placeres ocultos; sensaciones ideales para compartir con cava y bombones en nuestra Habitación de los Enamorados, donde con el Sofá Eros podrá poner en práctica el arte de el erotismo y la seducción tântrica ilustrada en este librito.

### The Hotel Llegendes de Girona,

is located in an idyllic and privileged place, in the middle of the old city of Girona. A relaxing space where you can venture in the history, where legends can transport you to a world of romanticism and hidden pleasures; ideal sensations to share with cava and chocolates in our "Room of the Lovers", where with the Eros Sofa, you can practice the art of eroticism and tantric seduction illustrated in this booklet.





Hotel Llegendes de Girona  
C. Portal de la barca, 4  
17004 Girona , Espanya  
+34 972 22 09 05  
[info@llegendeshotel.com](mailto:info@llegendeshotel.com)  
[www.llegendeshotel.com](http://www.llegendeshotel.com)