

Questa estate "giochiamo"



ANCHE IN TV

Il Dott. Marco Rossi (48), psichiatra e sessuologo, è anche opinionista in programmi tv dedicati al sesso.

Il sessuologo Marco Rossi ci spiega come approfittare delle vacanze per **riscoprire il piacere della sessualità**. Anche attraverso l'utilizzo dei sex toy...

Sarà il sole che picchia forte mandando in visibilo gli ormoni, sarà che i corpi si mettono in mostra indossando per la maggior parte del tempo microscopici costumi da bagno, sarà che in vacanza i freni inibitori si allentano, ma una cosa è certa: in estate il desiderio aumenta e si fa più sesso. Per questo abbiamo voluto scambiare quattro chiacchiere con il noto sessuologo Marco Rossi, autore della prefazione del manuale Kama Fitness (Corona Press, 4,90 euro): per non farci trovare impreparati al richiamo dei nostri bollenti spiriti.

Cos'è il "Kama Fitness"?

Un modo nuovo, geniale, di vivere il piacere della sessualità senza rinunciare alla forma. Racchiude il mito delle tre "s": sesso, salute e sport.

In che modo?

Abbinando esercizi fisici ad alcune posizioni sessuali anche attraverso l'utilizzo di strumenti semplici quali, per esempio, palla, manubrio...

Ci sono posizioni da mettere in pratica in vacanza senza l'ausilio degli strumenti?

Certo, anzi la maggior parte delle posizioni è "a corpo libero", anche se si tratta di un corpo libero guidato, visto che è finalizzato al raggiungimento del piacere e, contemporaneamente, della forma fisica.

In vacanza aumentano le occasioni di

rapporti occasionali. C'è un modo per ottenere il massimo dalla prestazione?

Certo: non pensare al rapporto come a una prestazione! Bisogna pensare a divertirsi, a godersi il momento e a viverlo come un'occasione di piacere.

Può dare qualche dritta alle coppie di lunga data che intendono riaccendere la passione?

L'unico modo per non trasformare il sesso in una noiosa abitudine è quello di farlo con fantasia. Ogni nuovo incontro sessuale deve essere diverso dal precedente. Immaginiamo che il corpo del partner sia una grande zona erogena in cui scoprire sempre nuovi sentieri prima di fermarsi nelle aree alle quali dedicare mag-

...con il sesso

giori attenzioni.

Cosa pensa dell'utilizzo dei sex toy?

Sono ottimi strumenti di piacere ma non vanno vissuti come terzi incomodi nella coppia, bensì come uno strumento che ci permette di giocare con il corpo del partner.

Giochi erotici come strumento per il piacere di coppia, dunque, e non solo individuale...

Assolutamente! Sono degli ottimi ausili per riscoprire il piacere di vivere il sesso con giocosità e allegria.

Un parere su alcuni tra i più diffusi? Per esempio, il famoso vibratore Rabbit...

È una grande invenzione! Spesso si tende a concentrarsi sulla penetrazione, dimenticandosi che nella donna c'è un'interessante zona esterna, il clitoride, capace di dare intenso piacere e il Rabbit permette questo tipo di stimolazione così completa.

Tra i vibratori fa parecchio scalpore l'Oh MI_BOD, che sembra andare a ritmo di musica.

È la versione moderna delle luci psichedeliche. Gentile, visto che la musica è il miglior sottofondo per un incontro sessuale appagante.

Cosa pensa invece dello Joy Lite, che è un vero e proprio oggetto di design?

È il modo migliore per sdoganare i sex toy, rigettando l'allure di volgarità che per alcuni possiedono. È adatto a persone che amano sfoggiare la propria sessualità, ma non è mai sfoggio negativo...

E le famose palline rese note dalla saga di "Cinquanta sfumature"?

Più che un sex toy io le considero quasi terapeutiche: consentono di sviluppare la muscolatura pelvica permettendo di vivere meglio la sessualità, favorendo il raggiungimento del piacere.

Anche le manette sono di moda.

Sì, perché è un modo per esprimere totale abbandono all'altro.

Un ultimo giocattolino degno di nota è il We-Vibe, per la doppia penetrazione.

È dedicato ai più avven-

Tu chiamali, se vuoi, sex toy!

di Silvia Santori

Ecco alcuni tra i giocattoli erotici più diffusi. Cercateli nei sexy shop e, se vi imbarazzate, entrate in quelli di ultima generazione: si chiamano "Sex is now" e sono senza personale. La privacy è il primo requisito e si può scegliere senza imbarazzo il proprio sex toy. Per info: www.sexismore.it.



○ RABBIT

È l'oggetto più venduto in assoluto ed è stato reso famoso da "Sex and the City": la puntata in cui le natiche Charlotte si barricano dentro casa in compagnia del suo nuovo amico "coniglietto" è rimasta nella storia della serie.

Avvicinando facilissime donne a questo vibratore. La parte fallica consente doppia e tripla stimolazione; quella esterna ha un altro stimolatore per il clitoride.

○ Oh MI-Bod



È un vibratore che funziona con l'i-pod o l'i-phone (ma anche con qualsiasi altra sorgente audio). Si collega con un cavetto e vibra a ritmo di musica.



○ Joy-Lite

È un vero e proprio oggetto di design, si appoggia su una base, come il telefono cordless di casa. È fluorescente ed è un vibratore.

○ Roto balls



Sono le palline rese famose dal libro "50 sfumature di grigio". Sfere di metallo con all'interno una contro-sfera che, una volta inserita nella vagina, vibrano a ogni movimento, regalando profonde sensazioni di piacere.

○ We_vibe



Per una doppia penetrazione, sia vaginale che anale. Sono di diverse misure e servono a favorire l'elasticità dei muscoli. C'è chi se li inserisce a casa e ci va in giro...

turosi, sessualmente parlando e consente di scoprire nuove frontiere del sesso.

Dunque, tirando le somme, per una ses-

sualità più piena lei è favorevole all'utilizzo dei sex toy?

Assolutamente sì, ne dovremmo avere un armadio pieno, proprio come di vestiti. I sexy shop non sono luoghi di perdizione, ma la Disneyland degli adulti. Cosa c'è di più bello del recarsi in coppia in un negozio per scegliere come godere la propria intimità? **I**



Kama fitness

EDGARDO FREZZA e ALESSIA VALESÌ - Corona Press - 120 pag - € 4,90

Un manuale per approfondire il tema della "ginnastica" per coppie e che abbina addominali e flessioni alle posizioni hot aiutando a riscoprire il piacere della forma fisica unito al gioco erotico. Anche on line su www.kama-fitness.com.