



Yoga là môn thể thao không chỉ giúp cho các cặp đôi sẵn sàng mà còn giúp cho cả nam giới và nữ giới ham muốn “chuyện yêu” hơn trong đời sống tình dục. Dưới đây là những lợi ích của yoga đối với chuyện phòng the.

Giúp quý ông mạnh mẽ hơn

Các nghiên cứu đã chứng minh rằng, yoga không chỉ là một môn thể thao có lợi cho sức khỏe mà còn giúp cho các ông chồng tăng cường sinh lực và tăng khả năng tập trung khi “ân ái” hơn.

Vì vậy giúp tăng khả năng tập trung trong “chuyện chăn gối” sẽ giúp cho hệ thống kinh có thể đi vào khi cần dùng đến cảm xúc cũng như những phản ứng của cơ thể.

Ví dụ nó có thể giúp bạn đi vào khi cần “cụ thể”, phòng tránh chứng “xuất tinh sớm” hay khả năng “chào cơ” của “cụ thể”.

Tăng mức độ kích thích

Yoga là môn thể thao không chỉ giúp cho các cặp đôi sẵn sàng mà còn giúp cho cả nam giới và nữ giới ham muốn “chuyện yêu” hơn trong đời sống tình dục.

Yoga cũng có thể giúp bạn thực hiện được những tư thế “yêu” mới linh hoạt hơn và mới mẻ hơn mà trước đó bạn chưa từng trải qua.

Hơn nữa, một trong những phản ứng quan trọng của Yoga là thở. Không chỉ đi vào hòa hợp thể theo chuyện đời mà là một cách thở sâu và đều. Có nhiều cách thở khác nhau để ứng dụng cho những mục đích khác nhau.

Một cách thở đúng sẽ giúp chúng ta tăng cường cảm xúc cũng như mang bạn tới gần đời tác hơn.

Yoga – màn dạo đầu hoàn hảo

Nếu “đời tác” của bạn trẻ không hào hứng lắm cho việc “lâm trận”, thì thay vì bắt ép “đời phản ứng” “hành sự” ngay thì bạn nên dành vài phút để cả hai cùng luyện yoga.

Đời này có tác động giúp các dây thần kinh được thả lỏng, máu được dàng lưu thông hơn và lưu thông máu đến với “vùng cơ thể” cũng hơn hơn, sẽ giúp tăng khả năng ham muốn.

Vì thế luyện yoga trước khi “giao ban” cũng là một màn dạo đầu hoàn hảo trước khi cả hai chính thức bước vào đời giới hoan lạc.

Hiệu quả thể và biệt chứng nhận

Yoga là nghệ thuật làm cho cơ thể mềm mại hơn. Một người trẻ nên hiểu biết rõ về khả năng và giới hạn của thể mình. Trong cùng một lúc, chúng ta phát triển khả năng linh hoạt, hợp tác, cân bằng và dẻo dai, giúp ích rất nhiều trong hoạt động giải trí.

Thăng hoa tuyệt đỉnh

Yoga có thể làm cho chúng ta thăng hoa gấp 2 lần bình thường. Đầu tiên, trong khi đẩy mạnh việc thăng hoa trong tình dục, chúng ta có thể tập trung trong việc bơm máu đến cơ quan sinh dục cũng như điểu khiển thăng hoa của mình.

Khai thác triệt để điểu này sẽ giúp cho thời điểm thăng hoa thêm tuyệt diệu hơn. Thứ hai, yoga giúp thể giãn nở giúp cơ bắp làm cho cơ thể uyển chuyển hơn khi gặp gỡ nhau.

(Khả năng Hà, VTC news)