

# GOEDELE'S TRIO CHECKLIST

Goedele.com  
SEX, OF COURSE!

- Een trio is alleen geschikt voor koppels met een hechte relatie en een goed seksleven. Niet geschikt om kwakkelende seks op te krikken!
- De belangrijkste stap om te beslissen is deze, neem in detail het scenario door van wat er kan gebeuren en welke gevoelens daarbij kunnen opborrelen.
- Speel samen in je hoofd de film af van wat er zou gebeuren en kijk wat je daarbij voelt. Als hij haar zoent? Als zij heel luid kreunt onder je partners aanrakingen? Als de twee vrouwen met elkaar 'aan de slag gaan' en jou vergeten?
- Maak op basis van die film duidelijke afspraken over wat wel en niet kan: zoenen? Strelen? Verbaal bewondering uiten over lichaamsdelen? Pijpen? Mag de derde blijven slapen? Enzovoort!
- Beginners raad ik aan het niet met een bekende te doen. Je kunt iemand immers niet 'ont-neuken'. Ongeacht of het een heerlijke of vreselijke ervaring wordt, elke keer je die persoon terug ziet, wordt de herinnering levend. Daarom huren veel koppels een gigolo of escorte in: een clean deal.
- Het koppel begint en neemt het voortouw, de derde komt er nadien bij. Ga voor babystapjes: laat desnoods iemand toekijken terwijl jullie vrijen en voel dan of je een stap verder wil gaan.
- Spreek een codewoord af wanneer er iets gebeurt dat je niet leuk vindt want in het heetste van de strijd worden grenzen al eens verlegd.. Oh choco bijvoorbeeld, zodat je hem zonder kwetsen duidelijk kan maken dat hij genoeg aan haar tepels sabbelde en jij nu ook wel eens wat wilt.