

Liebeskugeln & Beckenbodentraining

Liebeskugeln und Beckenbodentraining

Liebeskugeln sind ein einfaches Sexspielzeug mit großer Wirkung. Liebeskugeln oder Loveballs genannt führt man in die Vagina ein. Einige Frauen tragen Liebeskugeln auch gerne außerhalb sexueller Aktivität.

Liebeskugeln sind das perfekte Trainingsgerät für die Vaginalmuskeln und den Beckenboden.

Durch einen stärkeren Beckenboden können sexuelle Aktivitäten intensiver erlebt werden. Ein regelmäßiges Training mit Loveballs kann einen Orgasmus schneller hervorgerufen. Außerdem lernt man auch als Frau den Orgasmus stärker zu kontrollieren. Das Lustgefühl wird sich durch die Verwendung von Liebeskugel stark intensivieren.

Der medizinische Aspekt von Liebeskugeln

Zudem haben Liebeskugeln einen medizinischen Vorteil. Durch das Beckenbodentraining mit den Liebeskugeln beugt man im Alter Inkontinenz vor. Das tritt vor allem bei Frauen auf, die eine oder mehrere Geburten hinter sich haben. Durch jede Schwangerschaft werden die Beckenbodenmuskeln geschwächt. So entsteht eine Blasenschwäche, weil der Beckenboden zu stark auf die Blase drückt. Es entweicht ungewollt Urin. Daher ist die regelmäßige Verwendung von Liebeskugeln und Beckenbodentrainern auch von Hebammen und Gynäkologen stark empfohlen.

Liebeskugeln spürt man nicht

Die meisten Loveballs enthalten kleine Gewichte. Diese dienen dazu die Muskulatur der Vagina und des Beckenbodens zu trainieren. Man führt die Liebeskugeln in die Scheide ein. An einem kurzen faden kann man sie, ähnlich wie ein Tampon, wieder herausziehen. Wenn das Sexspielzeug richtig sitzt, merkt man es kaum oder gar nicht. Das ist das Tolle an Liebeskugeln. Die besten Erfolge erzielt man, wenn man die Liebeskugeln am Tag ca. 30 Minuten lang einsetzt. Mit der Zeit kann man sich mit schwereren Gewichten steigern. Es gibt auch Liebeskugel, die kleine Vibratoren enthalten. Diese Loveballs werden auch gerne direkt zur sexuellen Stimulation eingesetzt. Frauen könne sich damit ganz entspannt Ihrer Lust hingeben.

Intensivere Orgasmen durch Beckenbodentraining und Liebeskugeln

Durch stärkere vaginale Muskeln und einen gut trainierten Beckenboden, können Frauen ihre Sexaktivitäten besser steuern. Je besser der Beckenboden trainiert ist, desto schneller können Frauen zum Orgasmus gelangen. Zudem lernen Sie, diesen lange hinauszuzögern und dem Drang standzuhalten. Dadurch erleben Frauen, die regelmäßig Liebeskugel verwenden, wesentlich intensivere Orgasmen als vorher.