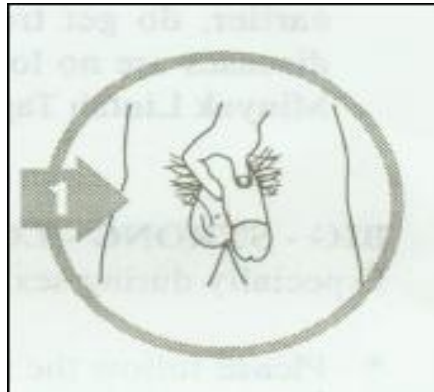


TEKNIK MENGURUT ZAKAR

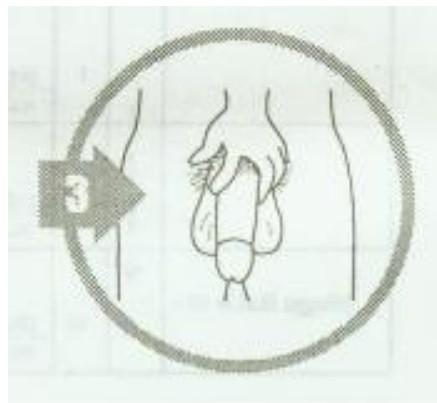
TEKNIK MENGURUT ZAKAR



Urut sisi kanan dan kiri zakar, dari arah pangkal hingga ke kepala zakar. Tahan kulit di bahagian pangkal zakar jika kulit zakar berkedut / kendur. Lakukan 5 kali urut sekali gengaman.



Urut dari pangkal lubang dubur hingga ke pangkal buah zakar. Ulang 7 kali.



Tekan di dua bahagian lubang cincin dengan jari perlahan-lahan. Ulang 11 kali.

TEKNIK MENGURUT ZAKAR



Urut di celah pelipat peha menghala ke arah bahagian lutut.
Ulang 21 kali.



Urut pangkal zakar ke arah luar di bahagian kanan, kiri , atas dan bawah.
Ulang 7 kali.



Tangan kanan memegang zakar melalui bawah peha kanan.
Luruskan kaki sedikit demi sedikit