



# Die Biät

Sex ist der praktischste und unterhaltsamste Weg, Gewicht zu verlieren! Anhand der unteren Tabelle, können wir sehen, bei welcher Tätigkeit wie viel Kalorien verbrannt werden.

## KLEIDUNG AUSZIEHEN

Mit Zustimmung .....	12 cal
Ohne Zustimmung .....	87 cal

## BH ÖFFNEN

Beidhändig .....	8 cal
Einhändig .....	2 cal
Mit einer Ohrfeige .....	37 cal

## DAS KONDOM ÜBERZIEHEN

Mit Erektion .....	6 cal
Ohne Erektion .....	315 cal

## STELLUNGEN

Papi - Mami .....	12 cal
69 liegend .....	8 cal
69 stehend .....	112 cal
Hunde .....	216 cal
Italienische Leuchte .....	912 cal
mit mir (lol) .....	2456 cal

## DER ORGASMUS

Echt .....	129 cal
Vorgetäuscht .....	315 cal

## NACH DEM ORGASMUS

Im Bett bleiben .....	18 cal
Aus dem Bett hüpfen .....	36 cal
Erklären, warum man aus dem Bett hüpfet .....	816 cal

## EINEN ZWEITEN ORGASMUS HABEN

Zwischen 16 und 19 Jahren .....	12 cal
von 20 - 29 .....	36 cal
von 30 - 39 .....	108 cal
von 40 - 49 .....	324 cal
von 50 - 59 .....	972 cal
über 60 .....	2916 cal

## KLEIDUNG ANZIEHEN \*

Ruhig .....	32 cal
Eilig .....	98 cal

## Wir lernen:

Schlank bleiben, Sex haben!