



フィメール  
奥さん  
と  
ツクス  
アウ  
ト

ADULT ONLY  
**R18**  
成人向け





ムムム

どうしたの？  
浮かない顔して…

あ…  
アリヤさん

タイラ アリヤ  
お隣の奥さん

おっ



おっ

ハナキ ノブナガ  
普通の大学生



ノブナガくん！

oooo



そうなの？  
大丈夫！？

まさか何か  
悪いものが…

ええまあ…



実は数日前から  
身体の調子が  
悪くて…

病院に行って  
今帰ってきた  
ところなんです

おっ  
おっ  
おっ



というわけで  
アリヤさんの  
お宅にお邪魔した  
わけだけども…

エクササイズって  
どんなだろ…  
キツかったらやだな

お待たせ！

さあ  
始めよう！

そ…  
その格好…

ひゅっ  
ちりっ♡

おちっ♡

おちっ♡

ドキ

ドキ  
ドキ

ハラ  
ハラ

!?

ハラ  
ハラ

ああこれ！  
昔着たの  
なんだけど  
変かな？

変かな？

ぜ全然っ

どおじゃまおは  
ストリックからっ

マジでちんぽ  
ついてんだ！  
何か俺のより  
デカい気がする

ゆさっ

普段より化粧も薄くて  
こうして見ると  
おっぱいあっても  
本当に男なんだなって…

アリアさん

男なのは  
知ってたけど  
こうして見ると  
すげえ身体！

70%♡

ホミホミ  
なんかイイ…

でもそれが  
逆にエロいって  
いうか…

脚もしゃがみ  
伸ばそうね！

やべ…俺何  
してんだ  
ドキドキ

相手は人妻  
だつてのに…

ウォーミングアップも  
終わったし早速  
始めようか

はい

じゃあ音楽を  
流して…





えっ!?  
あっ...?

いや俺…別に  
ダイエット  
したいわけじゃ…

ふっ  
ふっ  
たっ  
脚が  
しょっぱい…

動いている  
君は  
素敵だよ!



昔のクセで  
つい…

わああ  
ごっごめん

あ  
あ  
あ

ダイエットコースの  
講師やってたからっ

やっぱりスイッチ  
入ってたか…

えっ!?  
くびれ!?



一緒に理想の  
くびれを  
目指そうね!



これじゃ運動が  
嫌いになった  
わよね

いえ…  
そんなことは  
そうだ

ふー…

実は私夫に  
「最近太った」って  
言われて…それで  
ムキになっちゃった  
ところもあるのかも



初日から  
飛ばし過ぎ  
ごめん

マッサージ  
してあげるわ

フ  
ッ

運動後は  
こうやって  
筋肉をほぐして  
あげるといいのよ

フ  
ッ

す  
わ  
わ

えっ

ええっ…!?

はっ…はい…っ

ち…近い…っ

ど  
き  
ど  
き

なんかイイ  
匂いするし…

す  
わ  
わ

汗が混じった  
甘酸っぱいような  
アリヤさんのおいだ…

あ…

ム  
ク

ム  
ク





硬さも：  
流石ね♥  
とつても  
ガチガチ…♥

あっ

こんなに天を  
向いちゃって…♥

まあ…凄  
い

甘  
いあま…♥

ほ  
べが  
に  
あ  
ま  
る  
わ  
ね

あ  
あ…

あ  
っ

う  
お  
お  
ア  
リ  
ヤ  
さ  
ん  
の  
手  
が  
俺  
の  
…



は  
あ…♥  
後  
か  
ら  
後  
か  
ら  
溢  
れ  
て  
く  
る…♥

ア  
リ  
ヤ  
さ  
ん  
の  
手  
あ  
つ  
た  
か  
い…

あ  
あ…

意  
外  
と  
大  
き  
く  
て  
ゴ  
ツ  
ゴ  
ツ  
し  
て  
て…

俺  
の  
を  
す  
っ  
ぽ  
り  
覆  
っ  
て  
る

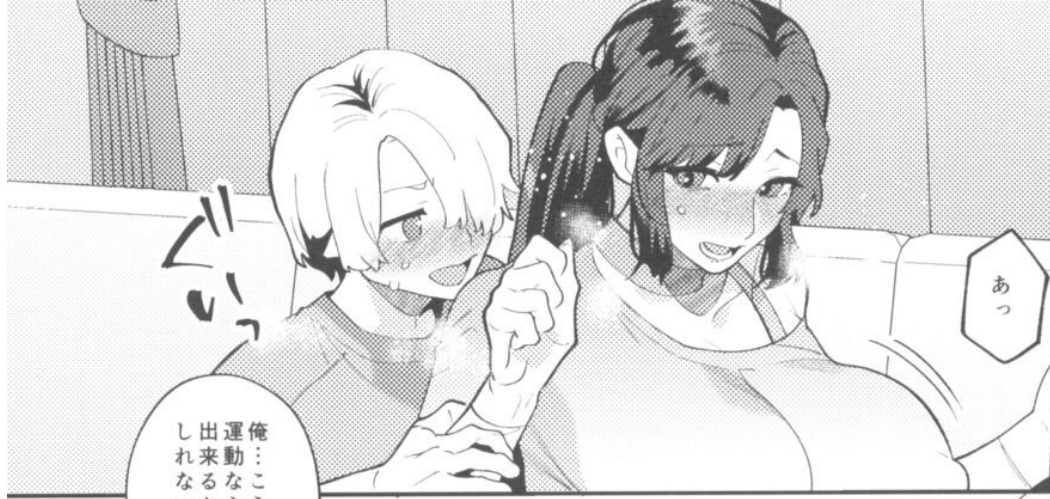
あ  
っ…

あ  
あ…









俺：こういう運動なら出来るからしれないです

あっ



そんなに腰押し付けて...

スリスリ  
さらさら  
私：っ♡



ふにゅ♡



っ♡



きゃん...

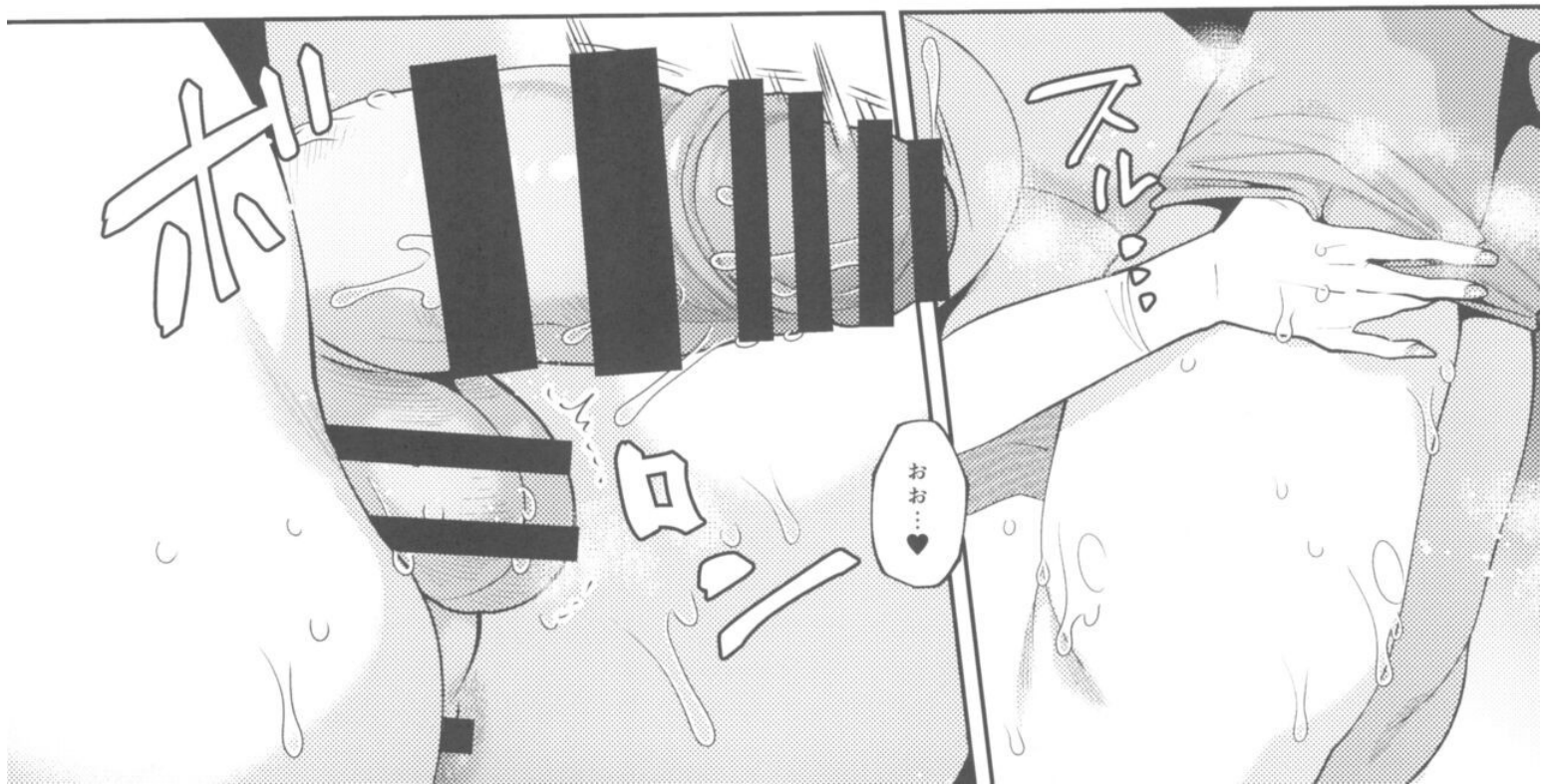


でも俺の運動に付き合ってくれるんでしょ？

アリヤさん言ってくれたじゃないですか♡

それは...流石に...♡

あッ♡



しましうか…♡

おお：  
アリヤさんの  
生ちんぼ

やっぱ俺のより  
デカいし…

意外と毛の処理は  
してないんだな

尻の穴周りにも  
生えてる

この汗で  
蒸れた感じ  
めっちゃくちゃ  
エロい…

いい…入れて  
ココに…今から…

んっ

めっちゃいい

ムッ♡

ムッ♡



すげえ全部入るもんななり





すっごい  
きく...♡

頭からつま先まで...♡  
妻いのキてる...♡

あっ...♡  
これ...♡  
スッ



ちゅ♡  
おちゅ♡

んっ♡

あっ...  
これ...キス...

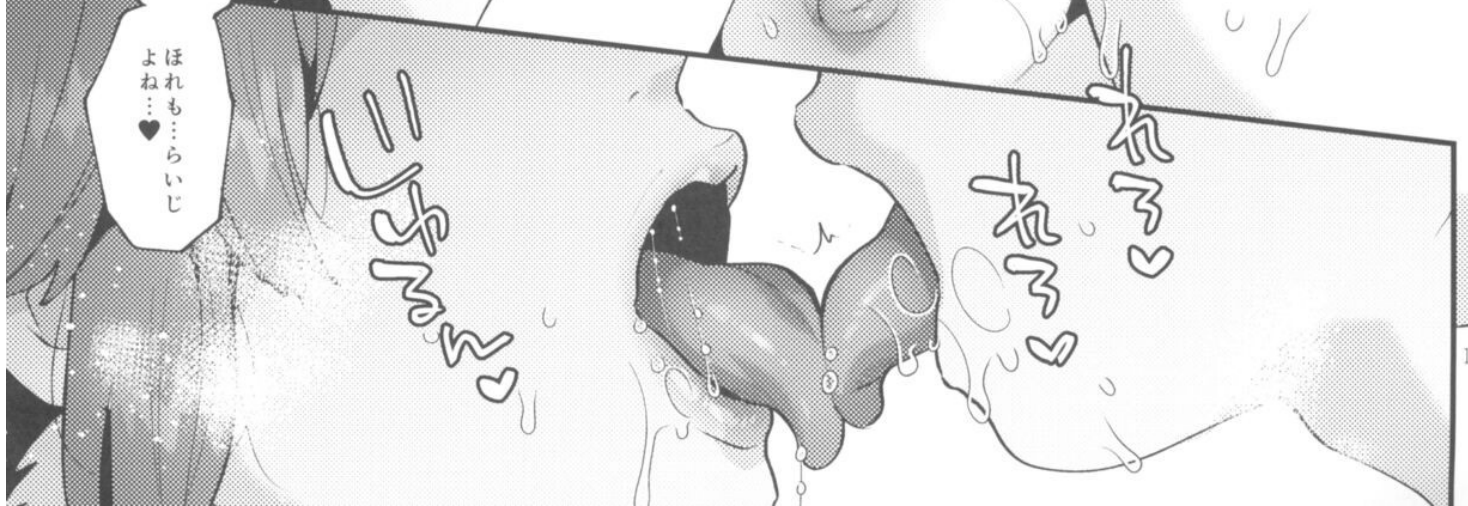
んっ♡

口の運動  
ですから♡



んっ♡

おちゅ♡



ひよ...ひよう♡  
くひの...♡

ほれも...らいじ♡  
よね...♡

んっ♡

おちゅ♡



あああ♥

そして…これは腕の運動になるかも♥

片手だけじゃおさまらねえ…

たがひ…

はあ♥  
あっ♥

はあん♥

凄腕も腰も動けると♥

偉いわ…♥





でもお…  
それでもいいかも♥

運動は楽しんで  
やるのが一番  
だもの♥

もう出る…  
出そうです

このまま…♥

じゃあ明日も  
してくれん  
です♥

ううう♥

えっ  
このまま…!?



これもある意味  
デトックス  
みたいな…

そ…  
そうね♥

デトックスで…っ♥  
身体の内側からも  
健康にならなくちゃ♥

アaryanaさんも  
綺麗になつて  
旦那さん  
見返しましょ♥



たくさん  
運動出来たね♡  
お疲れ様...♡

Well done...♡



流石に毎日  
ああいうことは  
出来ないけど…

今日は軽く  
ウォーキングを  
してみようか！

いっしょに♡

お尻



実は全身  
筋肉痛で…

もう一ミリも  
動けない…

ぐ、た…

ゴロ  
ゴロ

ええっつ

トレカって何かいいよね-  
ってことでこういう話にした  
はずなのに足元まで描いてる  
シーツ全然無かったので  
今ここで描いときます



体調悪いと思って病院行ったら  
ただの運動不足でしたっていうのは  
私の実体験です。  
それ以来フィットボクシングやったり  
フィットネスバイク漕ぎ回したり  
YouTubeの宅トレ動画参考にしたりと  
家で出来る有酸素運動を色々やってます。  
陰キャなのでジムとかには行きません。  
私の近くにはシーメール奥さんがいないので  
独りぼっちでやってます。さみし〜っ

2024.09 十はやみ

X:@mgk6455  
pixiv:id=35513527

-奥付-

【シーメール奥さんとセックスワークアウト】

発行日：2024/09/16

発行者：十はやみ

/グラナダの空

連絡先：mgk6455@gmail.com

印刷所：ねこのしっぽ様

※この物語はフィクションです  
実在の人物・団体とは一切関係ありません  
※内容の無断転載・アップロード・  
ネットオークション等への出品を禁止します



グラナダの空  
Granada no Sora  
2024.09.16