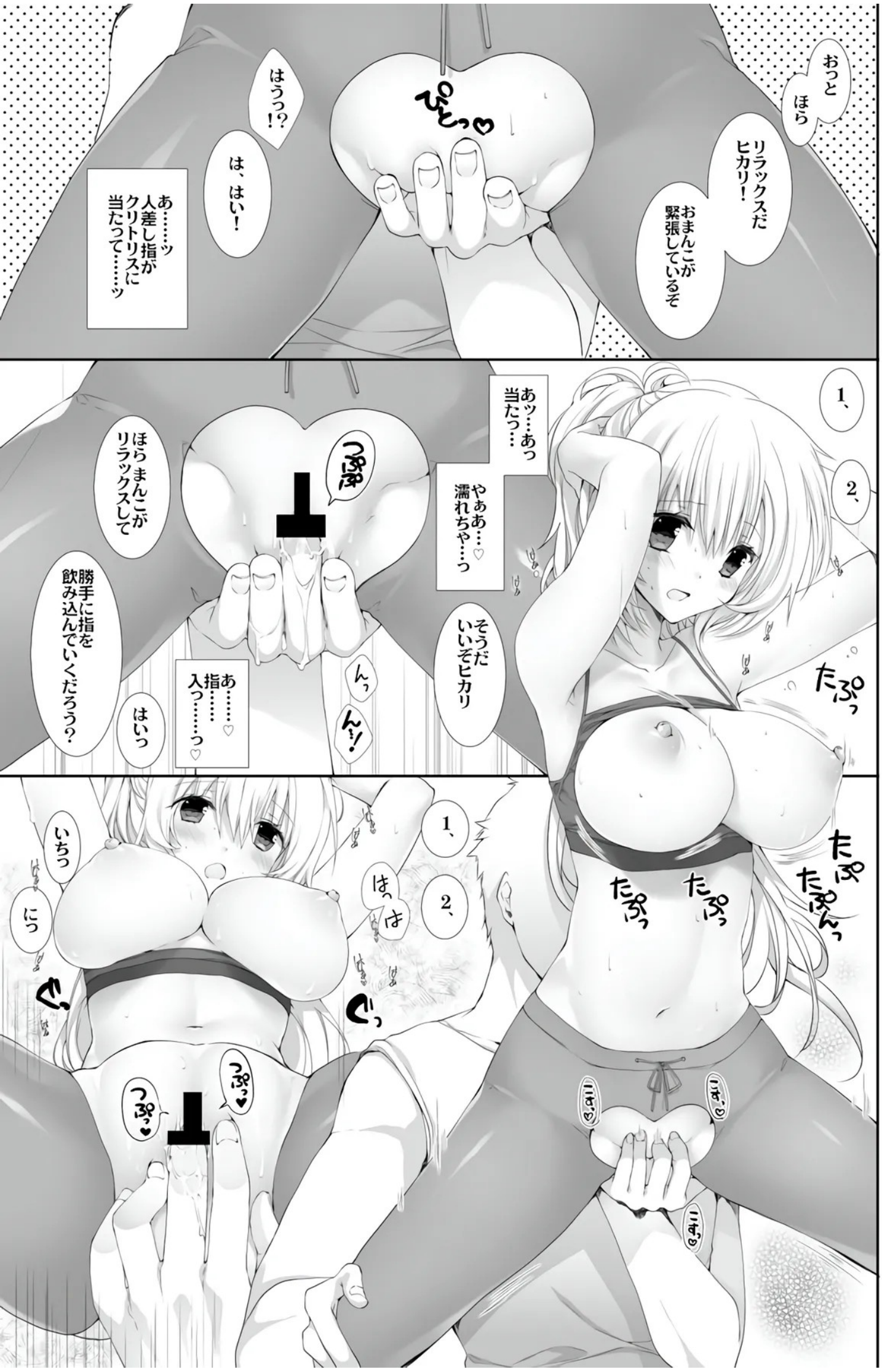
セレブなお嬢様がえっちなフィットネスでワンツー

あついですね！今年はいのちに関わる暑さです！気をつけていきましょう！
ところで最近気がついたんですがおっぱいっていいですよねってことと
お尻の穴は触らなければ修正が必要ないんだからもっとこれみよがしに
描写していくべきじゃない？ってこと、割と大事だと思うんですよね
それではあたまからっぽにしてどうぞ！　　高苗京鈴

ようこそヒカリ！
待っていたよ！
さあこちらへ
ここは会員制フィットネス
口が固く信用のおける
トレーナーが揃っている
ヒカリはもう3回目になるんだっけ
はい
初めての時は友人に連れられて
リラックスリラックス
大きく息を吸うんだ
たぷっ
たぷっ

きっと
ヒカリも
気に入るって…

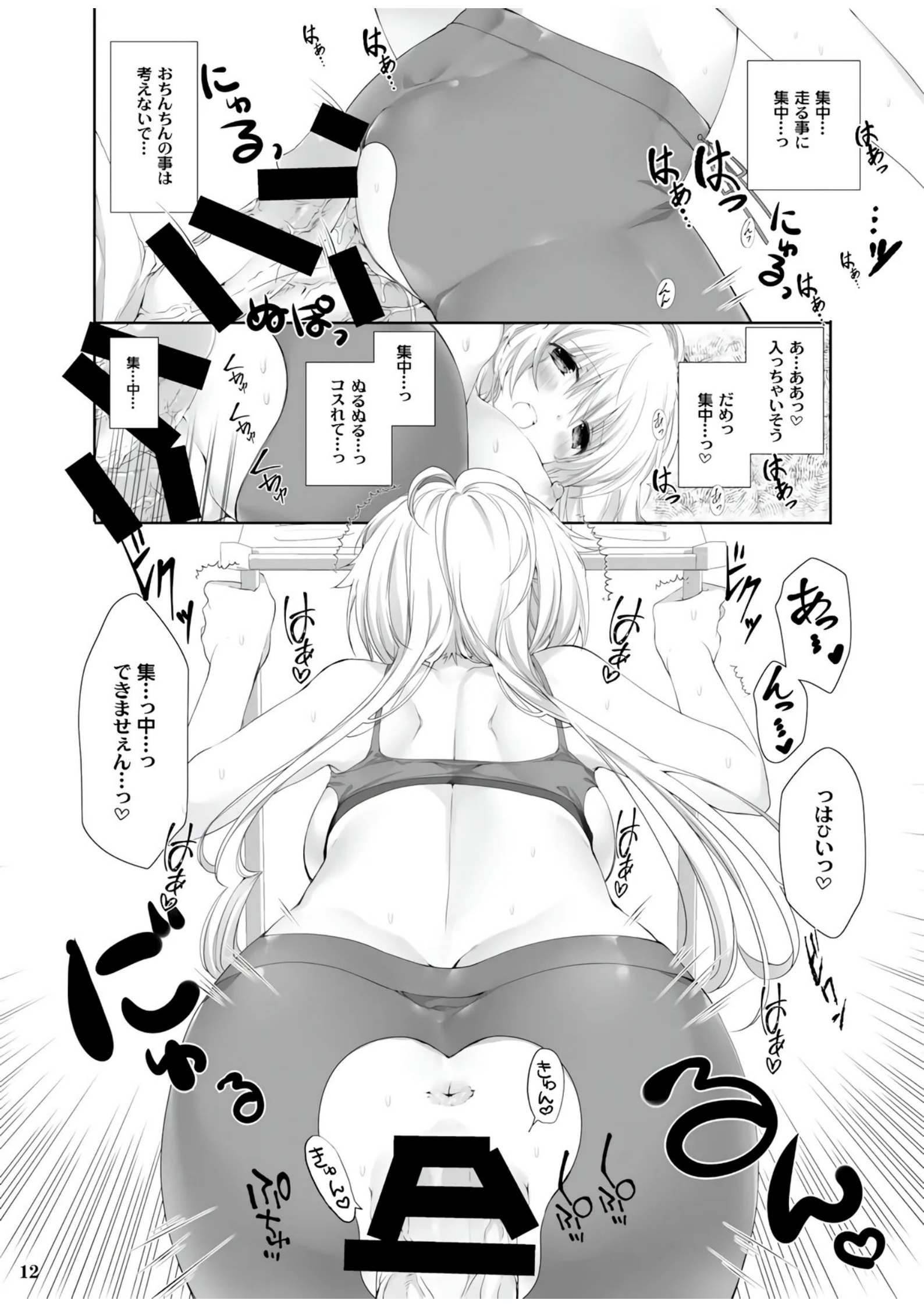
おっ！
素敵だね
ヒカリ！
ぷるんっ
とても
キミのやる気を
感じるよ
一緒に
いい汗をかこう！
はい！
むにゅっ
むにん
まずは
スクワットだ！
はいっ！
ぐっ
たぷっ
ぐっ
たぷっ
たぷっ
そう
腰をおとして
はいっ！
かぱっ


おっと
ほら
リラックスだ
ヒカリ！
おまんこが
緊張しているぞ
ぴとっ♡
はうっ!?
は、はい！
あ……ッ
人差し指が
クリトリスに
当たって……ッ
1、
2、
あッ…あっ
当たっ…
やぁあ…
濡れちゃ…っ♡
そうだ
いいぞヒカリ
たぷっ
つぷっ
ほらまんこが
リラックスして
勝手に指を
飲み込んでいくだろう?
はいっ
あ……
指……
入っ……っ♡
んっ
んっ!
1、
2、
はっ
は
いちっ
にっ
ぐっ
ぐっ
たぷっ
たぷっ
たぷんっ
つぷっ♡
つぷっ♡
にぎ
にぎ
にぎ
にぎ

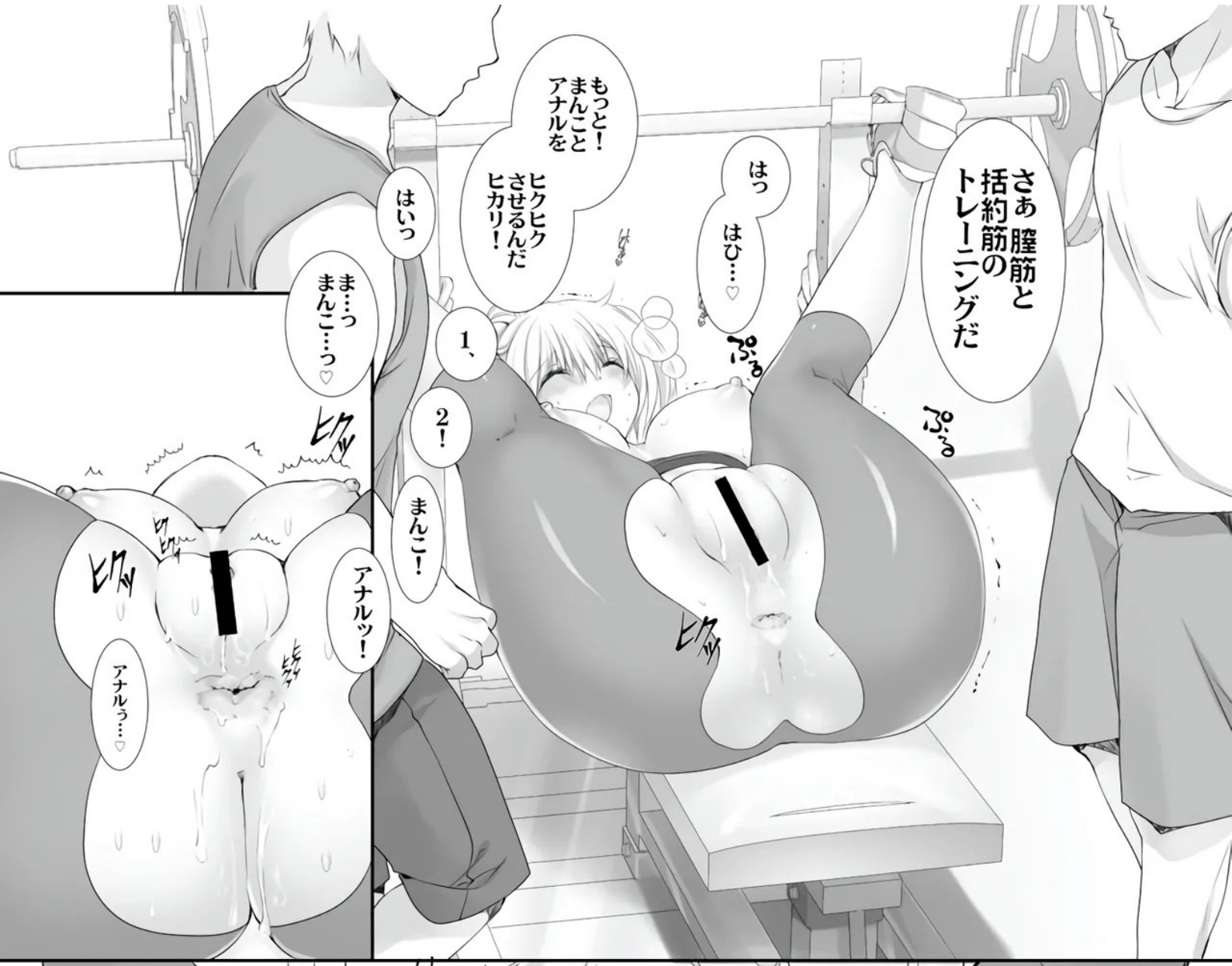
はっ♡
いっち♡
にっ
いっち♡
にっ
はぁ…
はぁはぁ
はぁっ
おっ！
いいぞ
その調子だ
ヒカリ！
たぷっ♡
たぷっ♡
たぷっ♡
はぁはぁ
汁が手首まで
垂れて
きてるぞ！
いいぞ
ヒカリ！
はっ♡
はいっ♡
ぷちゅっ
ぷちゅっ
ぷちゅっ

トレーナーさんは
褒めるのが上手くて
すごく頑張れます♡
膣肉が
ヒクヒクしてるぞ！
はいっ♡
いいリラックス
まんこだ
ヒカリ！
はいっ♡
はぁはぁ
はぁっ
たぷっ
たぷっ
たぷっ
ナイス
まんこ！
ナイス
まんこ！
はいっ♡

よしっ
身体が
ほぐれたところで
かるく
3キロ走るぞ
ヒカリ！
はいっ！
クーパー靭帯に
気をつけろ！
はっ…!?
はいっ
はぁ
ぶるっ
ぶるんっ
ぶるっ
たっ
たっ
たっ
たっ
たっ
たっ
たっ
え…っ
トレーナーさん
それ
おちんちん…
まんこに
気を取られるな
ヒカリ！
走ることに
集中するんだ！
はい…っ


集中…
走る事に
集中…っ
はぁ…
はぁ…
はぁっ
…ッ
はぁ…
はっ
はぁ…
にゅるっ
はぁ…
おちんちんの事は
考えないで…
ぬぽっ
あ…ああっ♡
入っちゃいそう
だめっ
集中…っ♡
はぁっ
はっ
集中…っ
ぬるぬる…っ
コスれて…っ
集…中…
ビクッ
ビクッ
あっ♡
んっ♡
はぁ♡
はぁ♡
はぁ♡
はぁ♡
つはひいっ♡
集…っ中…っ
できませぇん…っ♡
にゅるっ
きゅん♡
きゅん♡
ぷちゅ
ぷちゅ

最後まで
まんこをゆるめるな！
はひっ♡
あと
50M！
20M！
1M！
たぷっ
たぷんっ
たっ
たっ
あと100Mだ！
がんばれ
がんばれ
はうっ♡
ヒカリ
ファイトだ！
はひっ♡
はぁ♡
ズチュッ
ズチュッ
ズチュッ
ズチュッ
ズチュッ
ズチュッ
よーし
よく頑張った！
ナイスまんこだったよ
ヒカリ！
は…
はひ…♡
はぁ
はぁ♡
はぁ
はぁ♡
はぁ
はぁ♡
はぁ
はぁ
くてっ…
ぐぽっ
ぐぽっ
ちっぱいっ
身体が
あったまった所で
次はベンチプレスだ
は、はいっ
腹筋を中心に
鍛えるぞ
はいっ…
次は2人で
サポートするから
一緒に頑張ろう！
か
ぱっ


さぁ膣筋と括約筋のトレーニングだ
はっ
はひ…♡
もっと！まんことアナルをヒクヒクさせるんだヒカリ！
はいっ
ま…っ
まんこ…っ♡
1、
2！
まんこ！
アナルッ！
アナルぅ…♡

あきらめるなヒカリ！頑張れ出来る！
下腹に力を入れて！そうだ！
はひ…っ♡
1！
2！
まんこ！
3！
4！
アナル！
括約筋だけでアナルが口を開けたぞ！
おめでとうヒカリ！
はう
あ…っありがとうございます…♡

次は開けた口をしめるぞ！
腹に力を入れて！
はぶうっ♡
んむぅうっ♡
よーしいいぞ！いい口まんこだ！
こっちもいいまんこだぞ！
はひはほお…♡
ほはいはふ…♡
トレーニングは呼吸が大事だヒカリ！
腹に力を入れて吐く！
まんこに力を入れて吸う！
次はもっと太いのいくぞ！
大丈夫ヒカリならできる！
いいぞその調子だヒカリ！
ギュル
ジュポッ
ゲポッ
くちゅ
ぐちゃ
ずぶっ
んフ
ぶッ

いいぞヒカリ！
頑張れヒカリ！
腹筋で上下の口を締めるんだ！
んっ
んふうっ♡
ふううっ♡
ギュルルル
ジュポッ
ジュポッ
んっ
んっ
んっ♡
いいぞヒカリ！膣肉がチンポに吸い付いてきてるぞ！
パチュッ
パチュッ
パチュッ
ぐぷっ
ぐぷっ
たぷっ
あっ
たぷっ
はぁ♡
はぁ♡
はぁ♡
はぁ♡
あっ
とろぉ…っ
今の呼吸を忘れるな！
ふぁいっ♡
たぷっ
たぷっ
うっ
ナイス口まんこだヒカリ！
こっちも出すぞっ！
うっ
んっ♡
ビクビクッ
ビクビクッ
あっ♡
ドピュッ
ドプッ
ゴプッ
ゴプッ
ビュルルルルッ
ナイスまんこ！
ナイスまんこだ！ヒカリ！

ぐちゅ
ぐちゅっ
ぐちゅ
もっとまんこからちんぽに食らいつくようにだヒカリ！
ぐちゅっ
1！
2！
1！
2！
ぐちゅ
ぐちゅ
ぐちゅ

よーし
大分バーが
動くように
なってきたな！
はっ
はひ…
はっ
はっ
はっ
はっ
ぎっ
その後もたくさんの
プログラムを
こなします
まんこと脇に
力を入れるんだ
いいぞヒカリ！
いーち！
にーい！
はっ…！
ぎっ
ぎっ

バーを
引き寄せるように！
同時にちんぽも
奥まで
引き入れる！
んん…！
様々な機器での
トレーニングは
とても厳しいですが
んっ
んっ
んっ
ぎっ
たぷ
たぷっ
ぐちゅ
ぐちゅっ
ぐちゅっ
ぎっ

トレーナーさんの
熱心な指導で
気がついたら
夢中で体を
動かしてるんです
う…ッ
ダンベルと
リズムを合わせて
……いいぞっ！
ギュル
ギュル
ギュル
ギュル
ギュル
ゲポッ
ゲポッ
ゲポッ
ゲポッ
ゲポッ
んっ

どき
どき
最後は
トレーナーさん
2人による
おちんぽマッサージです
実は
いちばんの
楽しみだったりします
まんこの準備は
どうだい
ヒカリ?
すり♡
すり♡
きゅっ
きゅん♡
はい!
まんこ
OKです!
よし
OKだな!
ドキュッ
ブチュッ
ブチュ
あっ♡
ヨガマットの上で
存分に
おちんぽを
いただきます
ノンノン
ノンノン
ノンノン
ギュル
ギュル
ニュポッ
クタクタの身体に
先走りの汁が
染み渡って
ニュポッ
ニュポッ
ニュポッ
身体が
じんわり
あたたまります…♡

ケツマンコはOKかヒカリ？
ヒク
ヒク
は、はいっ おしりまんこOKです…っ
んんっ
あぁ…♡ とうとう…
ずぷぷぷぁ
いいっ…
ぁあっ♡
ずぷぷぷ
20
あふうっ
あふ
う♡
はあっ♡
ちんぽマッサージきくぅ…っ♡
じゅ…ん♡
ズチュッ
パチュッ
くちゅ
ぐちゃ

もう疲れて
へとへとなのに
おちんぽをズコズコされると
勝手に腰が動いてしまいます
2本のおちんぽで
おまんこもおしりまんこも
たっぷりマッサージされて
体中心地よいしびれで
満たされます
よおし
イくぞ
ヒカリ！
はいっ♡
どうぞ…っ♡
トレーナーさんの
熱い精子
くるぅ…っ♡
パチュッ
ズチュッ
ズチュッ
パチュッ
ズチュッ
ズチュッ
パチュッ
ズチュッ
ズチュッ

はあ♡
はあ♡
はあ♡
はあ♡
はあ♡
はあ♡
いい汗……かけました
ありがとうございます！
おっと気を抜くのは早いぞ！ヒカリ！
えっ
ほか
ほか
びゅっ
ぶしゅうぅぅ
ぶぽっ
ぶぽっ
ぶぽっ
ごぽ…
整理運動だ！まんことアナルを閉じて！
えっ
あぁん♡
んきゅうぅぅんっ♡
きゅっ
きゅっ
ぷぷっ
ぷっ
んん～っ♡♡

ヒカリ
最近
痩せた？
そう見える？
肌とか
つるつるだし
キレイになったよ
ほんと？
うれしいなー
最近
ジム通い
始めてね
えー
私も行こうかなぁ
ヒカリは
どこいってるの？
私は会員制の
とこなんだけど…
良かったら
今度一緒に
行ってみる？

筋肉痛…

お手伝い：ともえさんめめこさんｻﾝｷｭｰ！！

セレブなお嬢様がえっちなフィットネスでわんつー
20180812
kyourin takanae/takanaedoko
http://takanae.chu.jp
mail:misosyouyu2000-nuko@yahoo.co.jp

高苗床