

# APP 正式启动



<https://url365.club/UTVrbT>

扫描QR CODE 不再迷路  
※请用Chrome浏览器开启



# 禁漫天堂 永久免费



• 每日最新成人漫画，连载  
韩漫最快速更新

• 「绅夜食堂」专业老司机  
探讨成人话题

• 独特勋章称号、战斗力数值、  
凸显个人特色



做愛  
運動訓練

只有這個了吧♡

# 生意氣ギャルの 家庭教師 始めます

原作 over.J 作画 CTY

翻譯:KY桑  
嵌字:ADAM

外傳 06話



結果  
還不只是要  
做愛而已嗎!!



NO  
NO  
!

ズ  
ル  
ッ

我會說明的  
好好聽清楚喔

不要邊說邊  
脫衣服啊……！

ズ  
ル  
ッ

好—好  
想想啊

運動這東西  
「很辛苦」  
對吧？

給予刺激  
將肌纖維破壞後再生  
不斷循環稱之為運動

13 12 11

70  
12

70  
12

啊啊：全身都  
在肌肉痛：！！

還是放棄  
運動好了……

ズキ

但人們啊  
感受到痛苦  
就輕易地放棄了

ズキ



根本沒有人  
發現這件事啊



但是如果  
那個是越做會  
會爽的運動  
那會怎樣呢

呼  
啊  
啊

大腿四頭肌的肌纖維  
爽到要被破壞掉啦??

大家 會不會不做運動  
就飢渴難耐呢?

嗯  
嗯  
嗯

濃厚的乳酸  
滲進到肌肉的  
最裡面啦  
嗚嗚嗚♡



全國國民  
肌肉化



這樣的話  
全國的健身房  
將會生氣蓬勃



這國家  
會變成全國民  
都熱愛運動！

ムキ...

ムキ...



這樣的國家  
應該是惡夢吧...

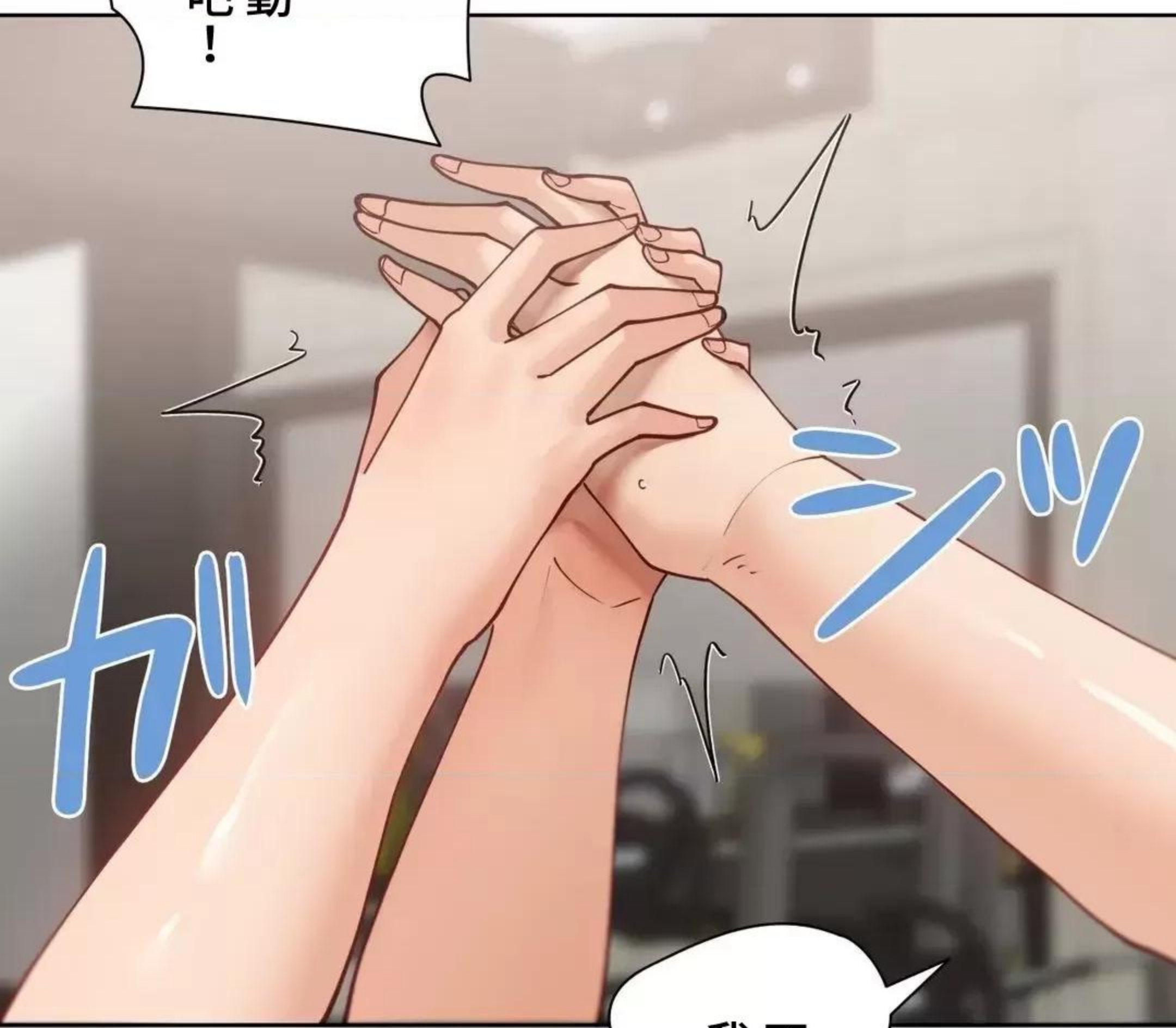
爲了如此  
需要的東西  
就是我正在開發中的  
〈做愛運動訓練〉

將做愛和運動組合  
正是全新的運動法！



拜託你了  
爲了實現我的夢想  
必須要你的幫助！

請協助我  
進行做愛運動  
訓練的開發吧！



不是  
我那個……

總而言之  
先裝做會  
配合她吧……



我我  
該做什麼才好呢……

喔喔  
你會幫我嗎！

謝謝你啦  
如果運動法完成  
我會取名為  
「鎮琥式運動法的」！

真  
真  
願

不需要

嘛 嘛  
嘛啊算了...

首先做愛運動訓練  
一定要兩個人

ベラ

也是呀...

ベラ

是兩人協力  
互相鍛鍊的  
團體運動呢！

首先就從  
仰臥起坐開始吧

仰臥起坐：嗎？

嗯？意外的  
很普通嘛

同時為  
準備運動……☆





…  
哈哈!?

好  
~  
啦

一  
開  
始  
就  
慢  
慢  
來  
吧  
~

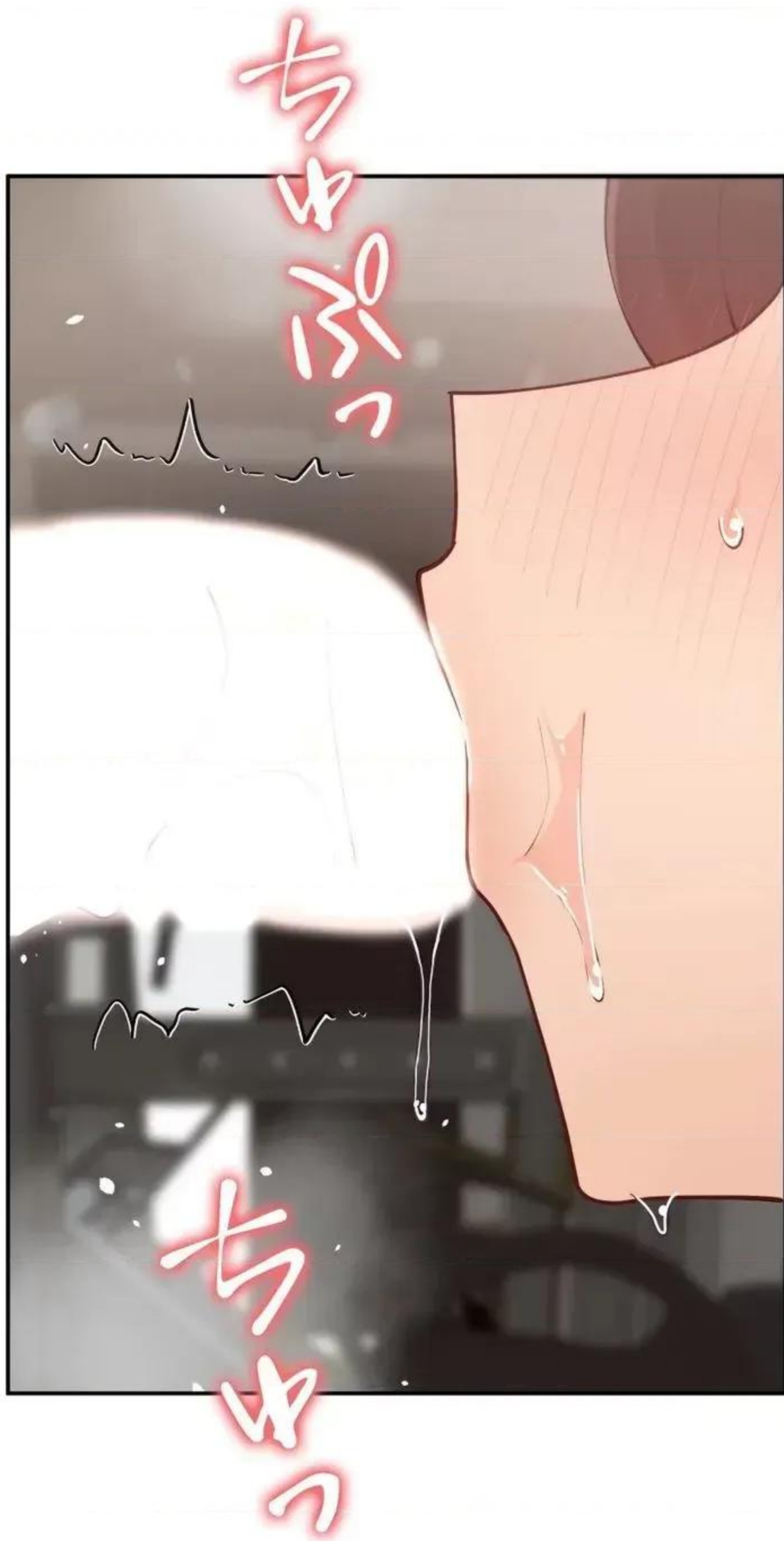


ー  
s

キエ

ウ

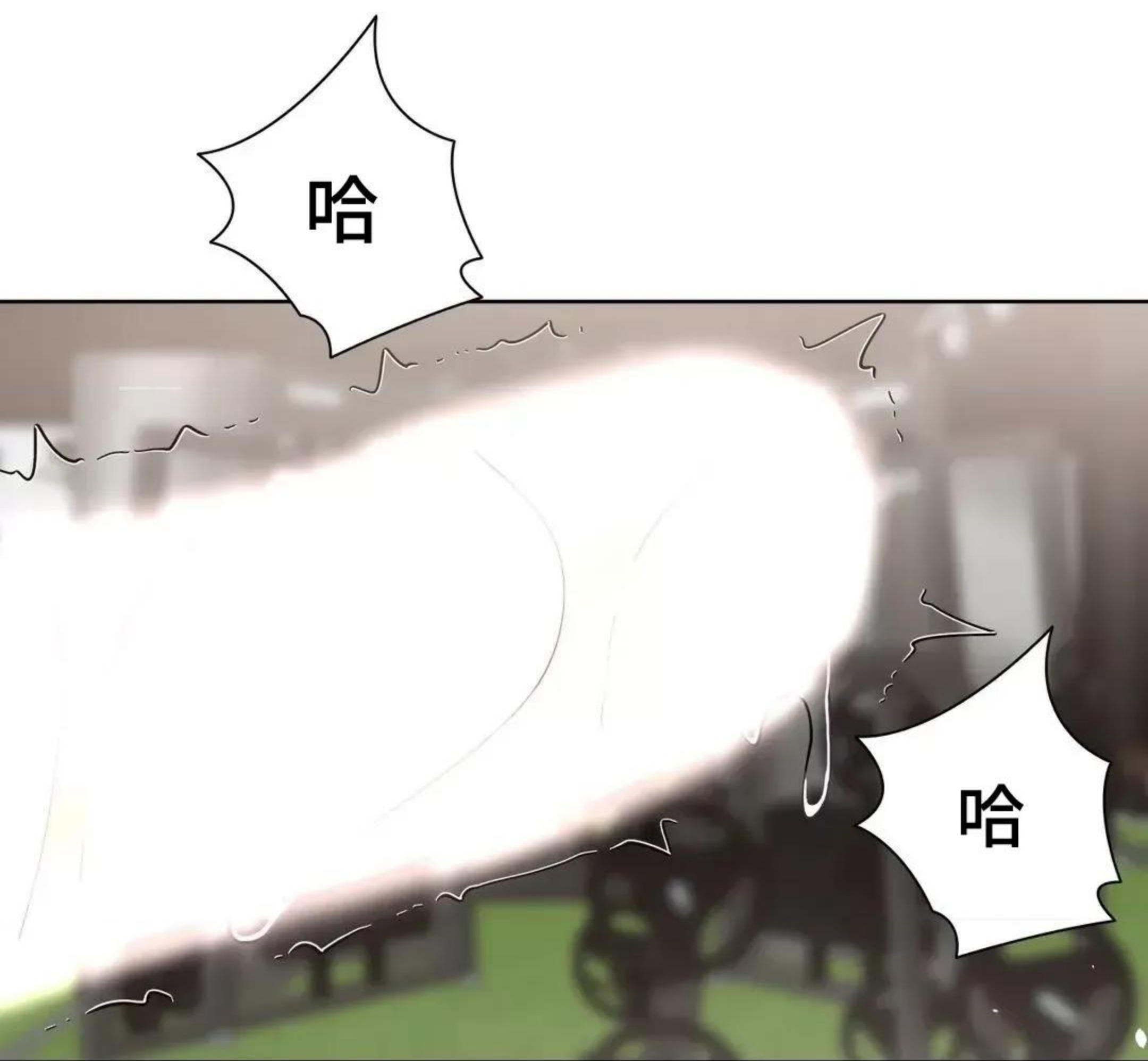
!!?

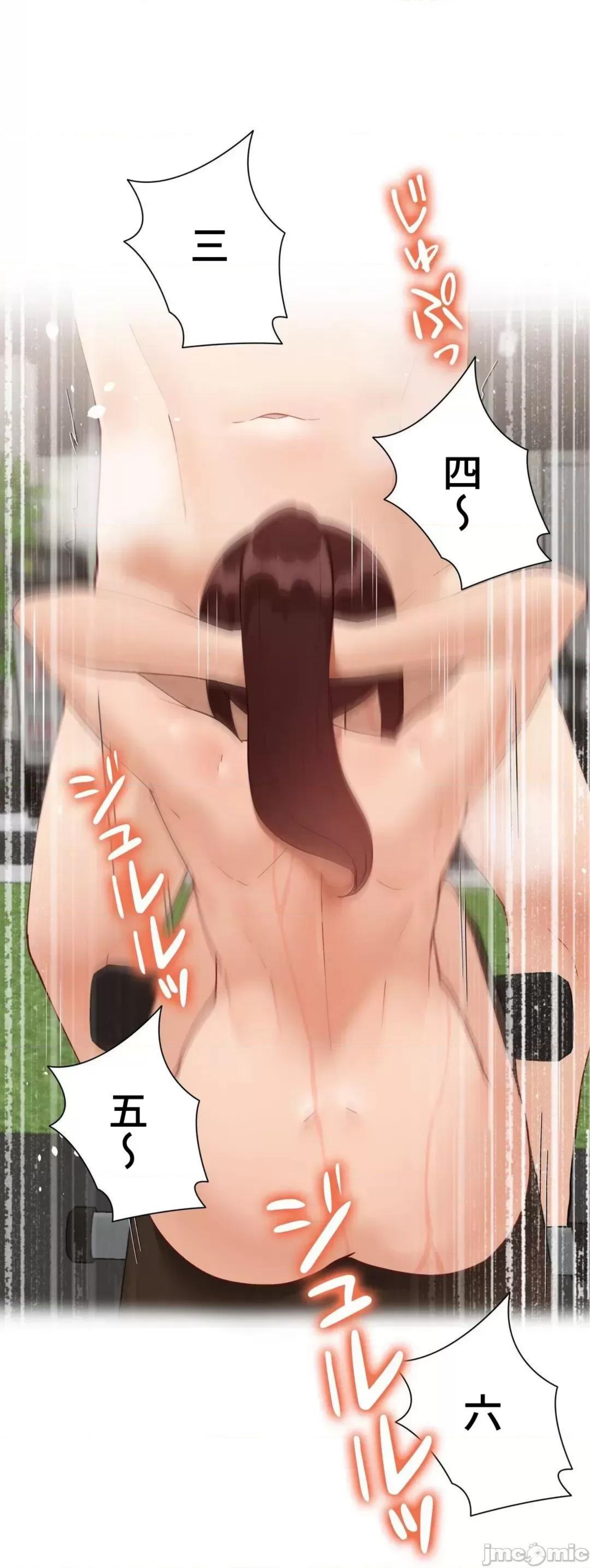


てんてん



嗯咕  
哈啊……！





三

しゃぶしゃぶ

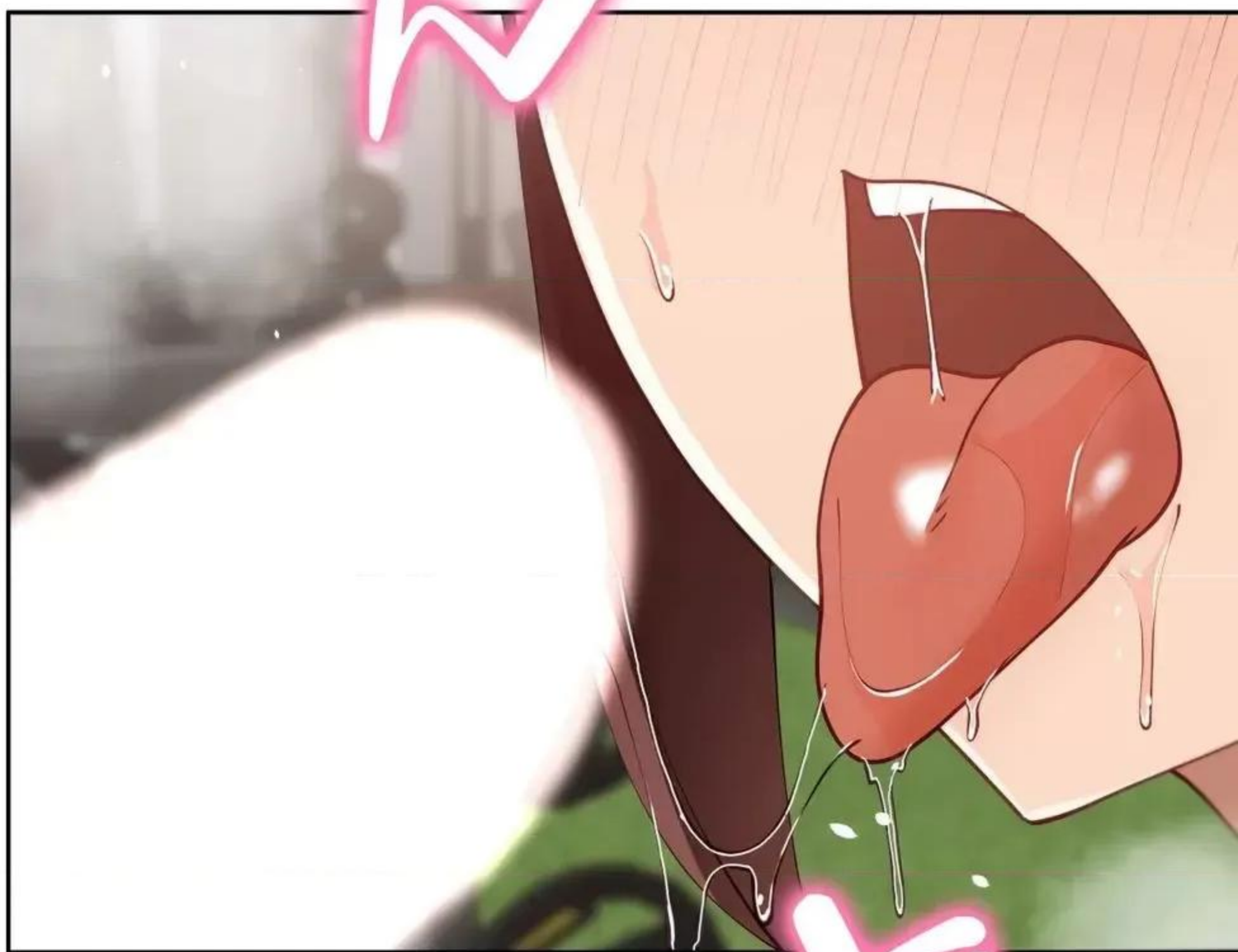
四  
ゝ

五  
ゝ

しゃぶしゃぶ

六





あゝ

哼哼：  
變得很硬了呢

用嘴的技巧：  
有用香蕉練習喔

我可擅長  
用身體學習唷♡

：說起來  
的確和之前的舌技  
有所不同！

ガクン

那麼  
準備運動  
也結束了

くっ

再來……





這 這個  
到底是...?

嗯?  
做愛  
深蹲  
♡



就這樣...

在硬梆梆的  
勃起肉棒上面





嗯哈啊……  
就這樣

一邊被肉棒插著  
同時進行深蹲

バキ  
バキ  
バキ

バキ  
バキ  
バキ

バキ  
バキ  
バキ

這是下半身  
多方面的鍛練  
運動：啊♡

鳴咕：  
深蹲時的  
肌肉運動

ブル

ブル

就這樣  
直接傳達到肉穴：  
吸引著肉棒……！

我教  
已經教練……



射  
了  
囁  
囁

セ  
エ

セ  
ク  
ン

セ  
ク  
ン

セ  
ク  
ン

♡ 鳴 咕 鳴 鳴  
♡ 鳴 鳴 鳴 鳴  
♡ 鳴 鳴 鳴 鳴  
♡ 鳴 鳴 鳴 鳴

セ  
ク  
ン

啊啊



啊啊

啊啊……



哼哼：  
你好像很舒服呢

口

還沒還沒  
訓練課程  
還有一堆呢

跟我到最後吧♡

た

た

た

.....!



ムリッ







あぁっ

んあぁっ





啊啊

啊...啊啊!

♡ 啊啊  
♡ 啊啊  
♡ 嗯 啊啊  
♡ 啊啊



最...最後

ズ  
キ  
ュ

ズ  
キ  
ュ

ズ  
キ  
ュ

平板推舉  
做愛♡♡



做愛和推舉  
一邊並行：  
嗯哈嗚嗚

是下半身和上半身  
可以同時鍛練的：  
完美的訓練♡

—請不要模仿—



棒透啦...  
這個

內轉機和外轉肌  
在發出慘叫：

可以感覺到  
全身的肌肉  
都在變大啦♡



哈哈

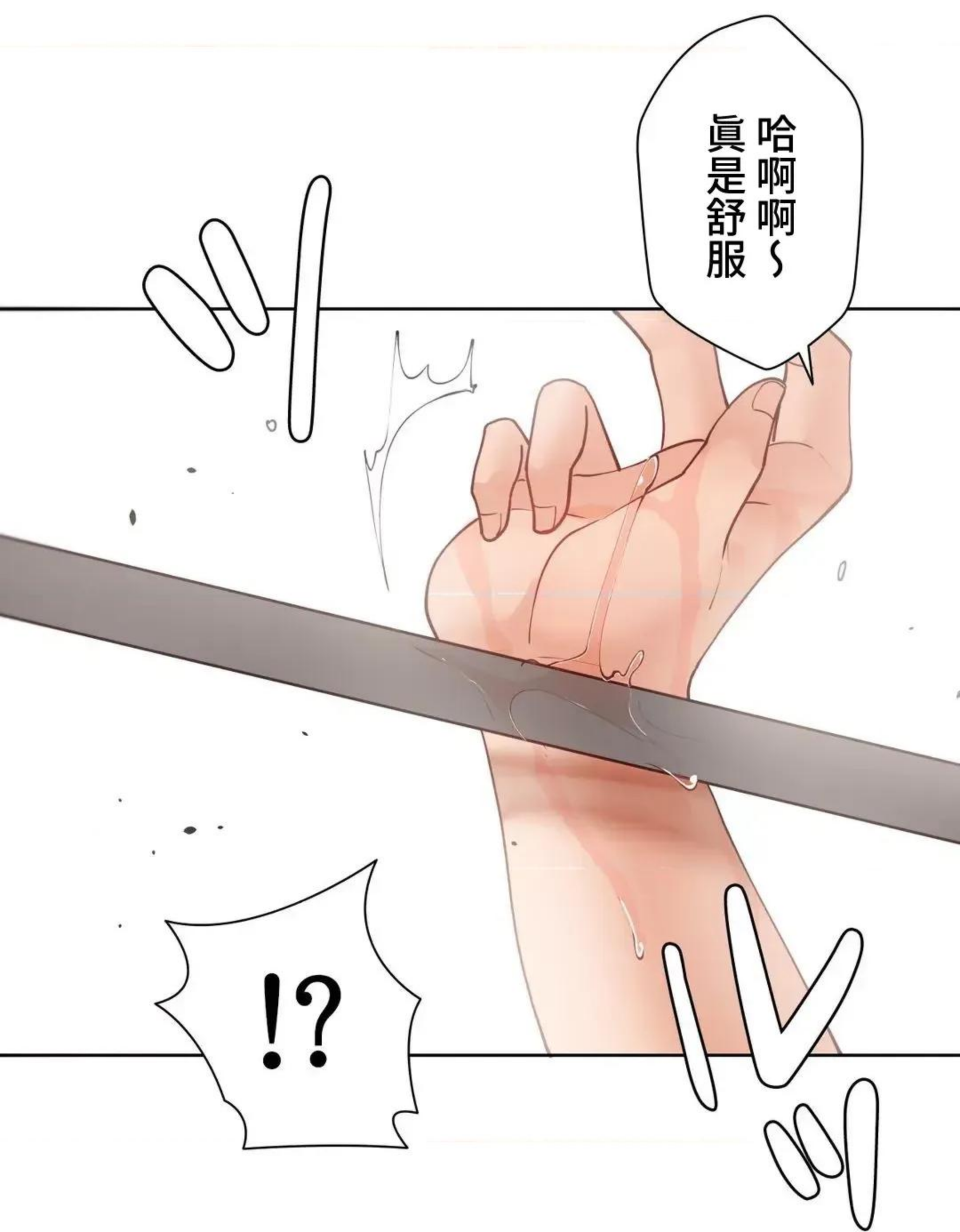


教練：  
我：要：

射  
了  
啊啊  
啊啊

♡ 啊 嗯  
♡ 啊 呼  
♡ 啊 啊  
♡ 啊 啊  
♡ 啊 啊

て  
て  
て



カッ

咕  
啊啊  
啊啊  
啊啊

カッ

カッ

教  
教練!!

カッ

因爲有受傷的可能  
做愛運動訓練開發中止了

還沒……  
我不會放棄的！

請  
早  
點  
放  
棄  
吧

下回待續