

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|----|
| VorWörter | 5 |
| VorWort für den Mann..... | 6 |
| VorWort für die Frau | 6 |
| VorWort für die „Perversen“ | 7 |
| Wozu ist ein Seitensprung gut?..... | 8 |
| Arten des Seitensprunges | 11 |
| spontan..... | 11 |
| wohl durchdacht und geplant | 11 |
| virtuell..... | 12 |
| wann ist es ein Seitensprung?..... | 12 |
| Systemische Sicht des Seitensprung | 13 |
| Die neue Beziehung hat Vorrang vor der alten..... | 13 |
| unterbrochene Hinbewegung | 14 |
| Erlebte Schmankerl | 15 |
| Einkaufen..... | 15 |
| Bezahlung | 15 |
| Parfum | 16 |
| „fremde Haare“ auf der Kleidung..... | 16 |
| „Utensilien“ im Handschuhfach | 17 |
| Auto generell..... | 17 |
| Falschparken und zu schnell fahren | 18 |
| Make-up | 18 |
| Lippenstift..... | 18 |
| Knutschflecken | 19 |
| Kratzer am Rücken | 19 |
| Intimrasur | 19 |
| BDSM | 19 |
| Blind Dates..... | 20 |
| Obst & Gemüse | 21 |
| Verhütung..... | 22 |

Seitenspringen für Dummys

| | |
|---|----|
| Schutz vor Ansteckung | 22 |
| Aids | 22 |
| „klassische“ Geschlechtskrankheiten..... | 24 |
| Schutz vor Schwangerschaft..... | 25 |
| Allgemein-Plätze..... | 27 |
| Natur..... | 27 |
| Schwimmbad & Whirlpool | 27 |
| Auto | 28 |
| Parkgarage..... | 28 |
| Büro | 28 |
| Stundenhotel..... | 29 |
| Swingerclubs..... | 30 |
| einschlägige Lokale..... | 30 |
| Liebe Freunde..... | 30 |
| Zu Hause | 31 |
| Was verführt jetzt wirklich zum Seitensprung? | 32 |
| Alibis | 34 |
| Abendtermine und Überstunden..... | 34 |
| Seminare..... | 34 |
| regelmäßige Kursteilnahme | 34 |
| Tanzkurs | 35 |
| sportliche Aktivitäten | 35 |
| einvernehmlicher Seitensprung | 36 |
| Swinger = Partnertausch = Gruppensex..... | 36 |
| Polyamory..... | 36 |
| TrioSex = der flotte Dreier | 37 |
| Bi-Sexualität..... | 37 |
| Cuckold | 38 |
| Wifesharing | 38 |
| „Perversitäten“ | 39 |
| Trans-Sexualität..... | 39 |
| BDSM-Szene | 40 |
| Begriffe begreifen..... | 40 |

Seitenspringen für Dummys

| | |
|--|----|
| Absprachen..... | 41 |
| Covern | 41 |
| Tarnung | 42 |
| Checkpoint Charly | 43 |
| Technik | 43 |
| E-Mail..... | 43 |
| Free-Mail | 43 |
| Browser = Internet Explorer oder Mozilla FireFox oder sowas..... | 44 |
| Handy | 46 |
| Verbindungsnachweise | 46 |
| Handyortung..... | 46 |
| Nachrichten löschen..... | 47 |
| Fotos | 47 |
| Termine und Notizen..... | 47 |
| Hintergrundgeräusche | 47 |
| PC allgemein | 47 |
| Zuletzt verwendete Dokumente | 48 |
| Speziell für Frauen..... | 48 |
| Generelles..... | 49 |