

«Вытяните руки вперед и лягте полностью на верхнюю часть тела».

«Опусти талию вниз и встань сзади».

«Поднимись еще немного».

"Этого недостаточно, я помогу тебе приспособиться..."

Лу Фэн поправил коленапреклоненную позу Нин Жунгронг.

Правильно, это йога!

Йога, первоначально древняя техника Тяньчжу, стала популярной во всем мире и распространилась как техника улучшения тела, очень популярная среди женщин, которая очень полезна для повышения гибкости тела.

Всегда есть причина покорить мир.

Это может быть бесполезно для Нин Ронгронг, но вы можете попробовать, и поза, которую она показывает...

Это освежает и помогает развивать чувства.

Я не профессиональный инструктор по йоге, но я погрузился в нее и выучил несколько распространенных поз.

Нин Ронгронг не любил грязный пол и забрался на кровать Лу Фэна, чтобы сделать это.

В первый раз, когда она сделала это, поза глубоко втянув талию и надувшись сзади, не была стандартной, и Лу Фэну пришлось лично исправить это.

«Ты... не можешь...» Нин Ронгронг покраснел и заколебался.

— Что нельзя?

— со знанием дела спросил Лу Фэн.

Нин Ронгронг подумала, что Лу Фэн уже несколько раз прикасался к нему вчера, поэтому больше не сопротивлялась. Кроме того, она очень ждала помощи секретной техники.

— Все в порядке, ты продолжаешь учить меня, верно?

"Едва ли это нормально, сохраняйте эту позу, а теперь войдите в состояние медитации..."

— серьезно сказал Лу Фэн.

Три человека, это должен быть мой учитель. Теперь, когда я учитель Нин Ронгронг, я должен выглядеть как учитель, передавая навыки в благородном стиле учителя и не отвлекаясь.

Глаза Лу Фэна расширились, глядя на большую дугу, которую надула Нин Ронгронг.

За исключением того, что верхняя часть тела немного более плоская, в остальном сказать нечего. Если вы носите облегающую эластичную спортивную одежду, она будет более...

Внезапно.

Были шаги.

Очень легкие шаги, но Лу Фэн мог их слышать.

Даже не видя растений снаружи, он может примерно судить, кто это, по ритму своих шагов.

«Лу Фэн».

Хлопнуть!

— крикнула дикая сестричка, распахнула дверь и вошла.

Это также потому, что у нее очень близкие отношения с Лу Фэном, и у нее нет никаких сомнений.

"Что ты делаешь....."

Сяо Ву покраснела до шеи, когда увидела сцену внутри.

Нин Ронгронг вот так лежала на кровати, а Лу Фэн стоял позади нее. С точки зрения Сяо Ву, тележку толкал мужчина, а в комнате было не очень светло. Она сразу подумала, что Лу Фэн и Нин Ронгронг делают что-то не так. описал вещи.

«Вы не узнаете, что мы делаем, пока не войдете», — сказал Лу Фэн.

"Войди? Нет, ты тоже... Я ухожу!"

Сяо Ву поджала красные губы и сердито повернулась, чтобы уйти.

Этот парень, Нин Ронгронг, который только что встретил Лу Фэна, пошел в комнату Лу Фэна, чтобы сделать такие вещи, это слишком бесстыдно.

Лу Фэн хочет пригласить меня, разве одного недостаточно?

Думал ли он, что я буду такой небрежной...

«Что с нами случилось? Я обучаю Ронгронга секретной технике, о чем ты думаешь в своей маленькой голове». Лу Фэн подошел к двери с улыбкой.

Услышав это, Сяо Ву остановился.

"Секретная техника?" Она медленно повернула голову и посмотрела краем глаза.

«Это секретная техника для тренировки гибкости». Нин Ронгронг был крайне смущен непониманием Сяо Ву и объяснил.

Ее отношение действительно стыдно.

«Не издавайте ни звука, продолжайте медитировать», — сказал Лу Фэн.

Увидев, что одежда Лу Фэна не повреждена, Сяо Ву поняла, что это было недоразумение, поэтому она обернулась, наклонила голову и взглянула на Нин Жунжун, у которой была странная поза: «Я никогда раньше не видела такого упражнения».

Лу Фэн сказал: «Если ты хочешь это увидеть, это все еще называется секретной техникой. Ты имеешь ко мне какое-то отношение?»

— Я только что помыл голову...

Сяо Ву держала в ладони расческу из сандалового дерева.

Намерение самоочевидно.

Лу Фэн посмотрел на ее распущенные волосы и увидел: «Я хочу, чтобы я помог тебе расчесать волосы и заплести косу».

«Ну, твои косички выглядят лучше всего, но если ты занят, тебе это не нужно».

- Не занят, я помогу тебе, садись.

Лу Фэн взял на себя инициативу, чтобы схватить Сяо Ву за руку, взял ее сандаловый гребень, передвинул стул и поставил его перед дверью, позволил ей сесть, ее красивые длинные волосы, свисающие на ее круглые бедра, были мягкими и распущенными, что оттеняло Красивое лицо Сяо Ву. Касаясь, неповторимый аромат тела девушки медленно плывет по ветру.

Под ярким звездным небом,

Как лунный свет,

Красивый и талантливый юноша, он сосредоточен на нежном расчесывании длинных волос красивой девушки, а его движения искусны и нежны.

Романтическая атмосфера распространяется.

Прикосновение любви течет.

«Картина такая красивая». Нин Ронгронг взглянула на нее и не могла не восхищаться ею втайне, чувствуя зависть.

И она,

Но он мог только сохранять эту неловкую позу.

Лю Эрлун тайно рассмеялся, увидев все это в щели между досками.

Лидер альянса действительно силен.

Достойная маленькая принцесса школы глазурированной плитки «Семь сокровищ» и единственная наследница большой секты. Я слышал, что она с детства была любимицей и особенно своевольна. Ее называли Маленькой Ведьмой. Таким образом, он не смел пошевелиться.

И отношения между Лу Фэном и Сяо Ву оказались такими хорошими.

Судя по его сосредоточенному поведению и технике расчесывания, он действительно хорош в этом, не дурачится, но очень внимателен.

Заставляет меня хотеть, чтобы он тоже помог мне расчесать волосы.

Я обнаружил, что у лидера альянса есть хорошее качество.

Неудивительно, что у него хорошие отношения с женщинами.

У него также будет много прекрасных женщин в будущем.

Лидер альянса, Эрлонг скормил свои лучшие годы псу, и славы ждать не смеет, но до тех пор, пока она вам не понравится, Эрлонг будет следовать за вами до конца жизни.

спустя некоторое время.

Хлыст скорпиона принял форму, Сяо Ву слегка погладил косу, улыбаясь, как цветок.

Лу Фэн посмотрел на тень дерева неподалеку и с улыбкой сказал: «Малыш Цин`эр, твоя очередь».

Чжу Чжужин был полон огненной турбулентности, вышел из тени дерева, слегка улыбнулся, и лунный свет немного потускнел.

Она стояла там некоторое время и чувствовала, что картина прекрасна. Она не сделала шаг вперед, чтобы побеспокоить ее, а просто тихо стояла и восхищалась этим.

Ей нравится видеть выражение лица своего мужа, когда он сосредоточен на своей работе, и обладает уникальным мужским обаянием.

И фраза «Малышка Цин`эр» отражает ее более близкий статус невесты, чем Сяо Ву.

С тех пор, как они поладили, Лу Фэн также несколько раз помогал ей расчесывать волосы. Хотя у нее благородный и независимый характер, ей также нравится служить Лу Фэну.

Сяо Ву встал и передал стул Чжу Чжужину.

Прежде чем Чжу Чжужин сел, он оглядел комнату и равнодушно спросил: «Это Жунжун?»

Еще один, смущение Нин Ронгронг удвоилось.

Есть ощущение, что за тобой наблюдают.

Какой позор.

Но Лу Фэн сказал, что он не может двигаться, ему нужно сохранять такую позу, чтобы медитировать, хотя бы на одну палочку благовоний, иначе все предыдущие усилия будут потеряны.

Она долго упорствовала и не хочет сдаваться.

Она пыталась успокоиться и медитировать.

После того, как Лу Фэн закончил расчесывать волосы Чжу Чжуцина, пришло время ароматической палочки Нин Ронгронг.

Нин Ронгронг встала и потянула онемевшее тело.

Все смотрели на нее с улыбкой.

«Это работает, это действительно работает, тело растягивается более плавно». — взволнованно сказал Нин Ронгронг.

Лу Фэн: "..."

На красивых лицах Лю Эрлун, Чжу Чжуцин и Сяо Ву отразилось удивление.

Они думали, что Лу Фэн дразнит Нин Ронгронг.

Но, глядя на счастливое лицо Нин Ронгронг, не было похоже, что он обманывает.

Лу Фэн тоже был удивлен.

Даже если это сработает, эффект будет таким быстрым?

Однако мир духов-хозяев причудлив. Тело мастера души было преобразовано и укреплено с помощью силы души и колец духа. Тело полностью отличается от тела женщины в прошлой жизни. Все просто неожиданно, не невозможно.

Например, кто бы мог подумать, что почетный декан, мистер Эрлонг, сейчас прячется в ванной комнаты, и он может спать с ней сегодня ночью, не просыпаясь, чуя... птиц повсюду?

Ночью приходит ветер и дождь, Шепчущий Цвет.

Эти поэты действительно немного плохи, всегда оставляя это влажным, затрагивая мое чистое и молодое сердце.

...

...

PS: Меня зовут Кира Йошикагэ. Мне 33 года. Мой дом находится в северо-восточной части Морио, в районе поместий. Работаю в офисе сети магазинов Kame Yu и домой возвращаюсь, самое позднее, в восемь вечера. Не курю, выпиваю изредка. Ложусь спать в 11 вечера и убеждаюсь, что получаю ровно восемь часов сна, несмотря ни на что. Перед сном я пью тёплое молоко, а также минут двадцать уделяю разминке, поэтому до утра сплю без особых проблем. Утром я просыпаюсь, не чувствуя ни усталости, ни стресса, словно младенец. На медосмотре мне сказали, что никаких проблем нет. Я пытаюсь донести, что я обычный человек, который хочет жить спокойной жизнью. Я не забиваю себе голову проблемами вроде побед или поражений, и не обзавожусь врагами, из-за которых не мог бы уснуть. Я знаю наверняка: в таком способе взаимодействия с обществом и кроется счастье. Хотя, если бы мне пришлось сражаться, я бы никому не проиграл.

<http://tl.rulate.ru/book/88073/2818134>