

# GLAMOUR

MODE / BEAUTY / FRISUREN / STARS / LIEBE

Home > Liebe > Sex-Tipps > Der Strip-Kurs > Hohe Schuhe machen einen Strip erst heiß

GLAMOUR ERFORSCHT: STRIPPEN

## Hohe Schuhe machen einen Strip erst heiß



Ausziehen kann sich beim Sex jeder. Aber wie schafft man es, dass das auch noch gut aussieht? Und muss es das überhaupt? Unsere GLAMOUR Autorinnen haben sich für den dritten Teil unserer Sex-Serie von einem Ex-Chippendales-Tänzer Nachhilfe geben lassen



Apropos: Mittlerweile habe ich mit einer ganz anderen Herausforderung zu kämpfen. Ich kann nämlich nicht laufen. Jedenfalls nicht in hohen Schuhen. Mit nagelneuen, viel zu engen Zehn-Zentimeter-Pumps wanke ich wie ein morsches Bäumchen im Sturmwind Richtung Thomas, der den "Germany's



Jetzt in der neuen myself

Trendfrisuren  
Jeans für jede Figur  
Botox-Special



*"You can leave your hat on." Wir verraten Ihnen, wie strippen wirklich sexy rüberkommt*

© Getty Images

sich sogar in einem Sessel sehr hübsch und lässig entblättern.

Nach fünf bescheidenen Torkelläufen verbuche ich immerhin einen kleinen Sieg – ich darf die Fußtöter wieder ausziehen. Mr. Chippendale wird zwar nicht müde zu betonen, dass hohe Schuhe einen Strip erst heiß machen. Doch die Barfuß-Version bietet zwei Vorteile: 1. Ich kann mehr Schwung in Drehungen legen. 2. Wenn man nicht mehr übers Gehen nachdenken muss, bleibt die Choreografie leichter im Fluss. Denn Stühle antanzen, Schrittfolgen auswendig lernen, bei 180-Grad-Drehungen halbwegs elegant aussehen – das alles ist erst mal Arbeit. Wobei der Job von Thomas oft darüber hinausgeht, seinen Kunden bloße Bewegungsabläufe und etwas Sex-Appeal anzutrainieren. Für viele ist Striptease eher ein Tor. Zu mehr Selbstvertrauen, zu neuen Zielen, zu sich selbst. Manchmal ist Thomas dann nicht nur Strip-Lehrer, sondern Typ- oder Paarberater. Er unterrichtet übrigens auch Männer im erotischen Entblättern. "Doch die kommen meistens, um etwas für ihre Frauen zu tun", sagt er. "Die Frauen kommen, um etwas für sich selbst zu tun." Im Fall meiner Kollegin Friederike scheint das zufällig sogar zu stimmen. Ich gestehe, ich habe sie überredet mitzukommen. Nun aber sehe ich, dass sich ihre sonst vornehme Blässe und Zurückhaltung verflüchtigt haben. Ihre Wangen glühen, während sie sich durch den Raum dreht, die Bluse aufknöpft und sich über

next Topmodel"-Jorge gibt. Für unseren High-Heel-Coach sind wir zwar keine "Chicas" sondern "Mädels". Aber selbst wenn er das Training mit Süßigkeiten und Schampus auflockert, verrät sein Blick Strenge. "Nicht den Robotergang!", hören wir mehrmals, wenn wir den "Walk" mit der falschen Schulterbewegung starten, wodurch der Hüftschwung wie schockgefrostet aussieht. Das wirkt auf Sie angestrengt? Durchaus. Aber keine Sorge, die Rettung ist simpel. Schließlich steht später im Praxistest kein Thomas daneben. Insofern kann man die Choreografie nach Gusto variieren und



Plus: 52 Seiten  
Mode-Extraheft

Motivationsrufe des Meisters freut.

Mir selbst gefällt an seinem Kurs, dass er wie gewöhnlicher Tanzunterricht abläuft. Es geht um Musik und Timing. Um Körpergefühl und -spannung. "Wenn ihr das regelmäßig macht, könnt ihr euch den Sport sparen", behauptet der Profi. Die Idee, den Leistungseffekt mit der mittlerweile in Mode gekommenen Pole-Dance-Stange zu maximieren, redet uns Thomas jedoch wieder aus. Weil sich das Ding in einem durchschnittlichen Wohnzimmer nie fest genug montieren lässt. Wenn der erste Strip-Versuch sogleich Wände einreißt, ist das dann womöglich doch zu viel der Leidenschaft.

---

◀ 1 | **2** | 3 | ▶

*Seite 1: Der Strip-Kurs*

*Seite 2: Hohe Schuhe machen einen Strip erst heiß*

*Seite 3: Ein T-Shirt lässt sich mit einem Griff in zwei Teile reißen*

---

#### MEHR ZUM THEMA

sex [Sex-Tipps](#) [Erotik](#) [Ausziehen](#)

---

#### GOOGLE-ANZEIGEN

##### **Lot Sex**

*Lot Sex - Deals! Save on Lot Sex*

*www.DealTime.com*

##### **Rieker Shoes - Save Huge**

*Find a Wide Variety of Rieker Shoes for Sale. Latest & Hottest Styles.*

*www.Calibex.com/Rieker-Shoes*

**HAIX® Boots up to 60% off**

Mission Critical, German Engineered Fire, EMS, Law and Military

[www.haix-bootstore.com](http://www.haix-bootstore.com)

KOMMENTIEREN

Angemeldet als Gast



SENDEN

## ABO

NOVEMBER 2011

Holen Sie sich die  
GLAMOUR ins Haus.  
Jetzt mit einem Klick  
bestellen!



**Kultur-Highlights für  
den Herbst**

**Die neue Seite von  
Amanda Seyfried**

**Was Ihre Haut für  
den Winter stärkt**

**DIE NEUEN SCHUHTRENDS**

146x genau Ihr Stil: das große Special  
plus Styling-Tipps

**PROBEZEIT**

Warum Single-Sein ein guter Plan ist

**ZEITLOS**

Wie man sich beim Sex auszieht

MODE

BEAUTY

FRISUREN

STARS

LIEBE

CONNECT

Star-Style Mode

Beauty-Trends

Frisurentrends

Star-News

Beziehung

Mode


Mode-Accessoires  
Street-Style  
Modenschauen  
Models  
Mode-Psychotests  
Mode-Duelle

Beauty-Tipps  
Star-Style Beauty  
How-to  
Abnehmen &  
Fitness  
Wellness  
Beauty-Psychotests  
Beauty-Duelle

Frisurenberatung  
Starfrisuren  
Haarpflege &  
Styling  
Frisuren-Duelle

Star-Storys  
TV-Serien  
Film  
Star-Quiz  
Star-Duelle

Sex-Tipps  
Männer verstehen  
Singles & Dating  
Liebe-Psychotests  
Sex-Horoskop  
Liebe-Duelle

 Beauty  
 Frisuren  
 Liebe  
 Stars  
 Horoskope  
 Video

 Twitter  
 Facebook

CONDÉ NAST DIGITAL

VOGUE

GQ

myself

STYLE

AD