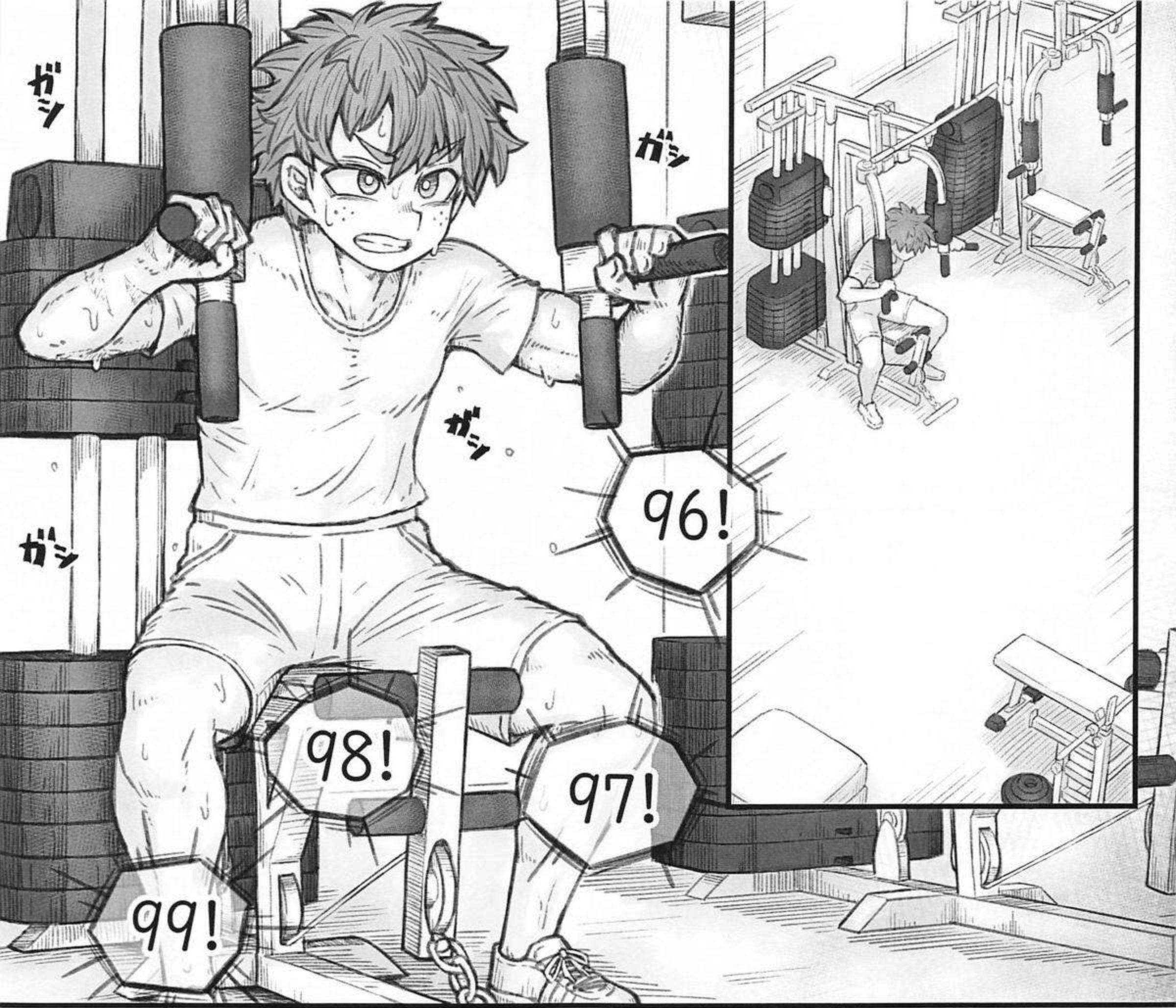


MIRKO'S ESTRUS MUSCLE TRAINING



R18
ADULT ONLY
成人向け作品につき
18歳未満閲覧禁止





頼む！緑谷！！
俺たちと一緒に
来てくれ！

他の奴みんな一緒に
来てくれなくて：
緑谷だけが
最後の希望なんだ！
ホント頼む！！

ふんばと
初回割引
だよ...

上鳴君たちに誘われた時は
ちよつと迷ったけど

最新施設だけあって
雄英よりもいい器具
そろってるし
来てみて良かったかも



次はどれを
試してみようかなあ



やべえ！
急がねえと
リニューキューの
ヨガ教室が
始まっちゃう

じゃあな！
緑谷！

それにこの施設を利用する
トップヒーローも多くなって
機会があれば彼らから
直接指導もしてもらえ
るみたいだし



あん？
あの人は...確か...



トップヒーローによる指導か...

せっかくここに来たんだし
僕も誰かに声をかけて
みようかな





んー

今日はアイツ来てねえも
みてえだし他のもどれも
ピンと来ねえヤツ
ばっかだし：



お前は確か
エンデヴァーんとこの…

雄英高校1年A組
緑谷出久です



24時間いつでも
出入り出来るも
一般にはまだ出
最新の機種とかも
使ったりできる

ここはそれぞれの
トッププロに
与えられてる
練習用個室だ



しゃーない
ついてこい

やった！



この部屋に
ついでには
あついでに
あるんだが
全部説明すんの
だりいから
とりあえず始めるか



ここにあるモンはなんでも
自由に使っていいぜ

飯とか酒も全部タダだ
まあ俺は食い物に興味ないから
どうでもいいけど



服全部脱げ



なにもたまたまやっただ
時間をもったいたいねえだ
早くしろ！

ギロッ

は、はいっ！



ふ、服を脱げって…

スッ



—それって
—体どういう…

ムワッ

おい
前を隠すな
手をどける

...

は...
い...

フッ

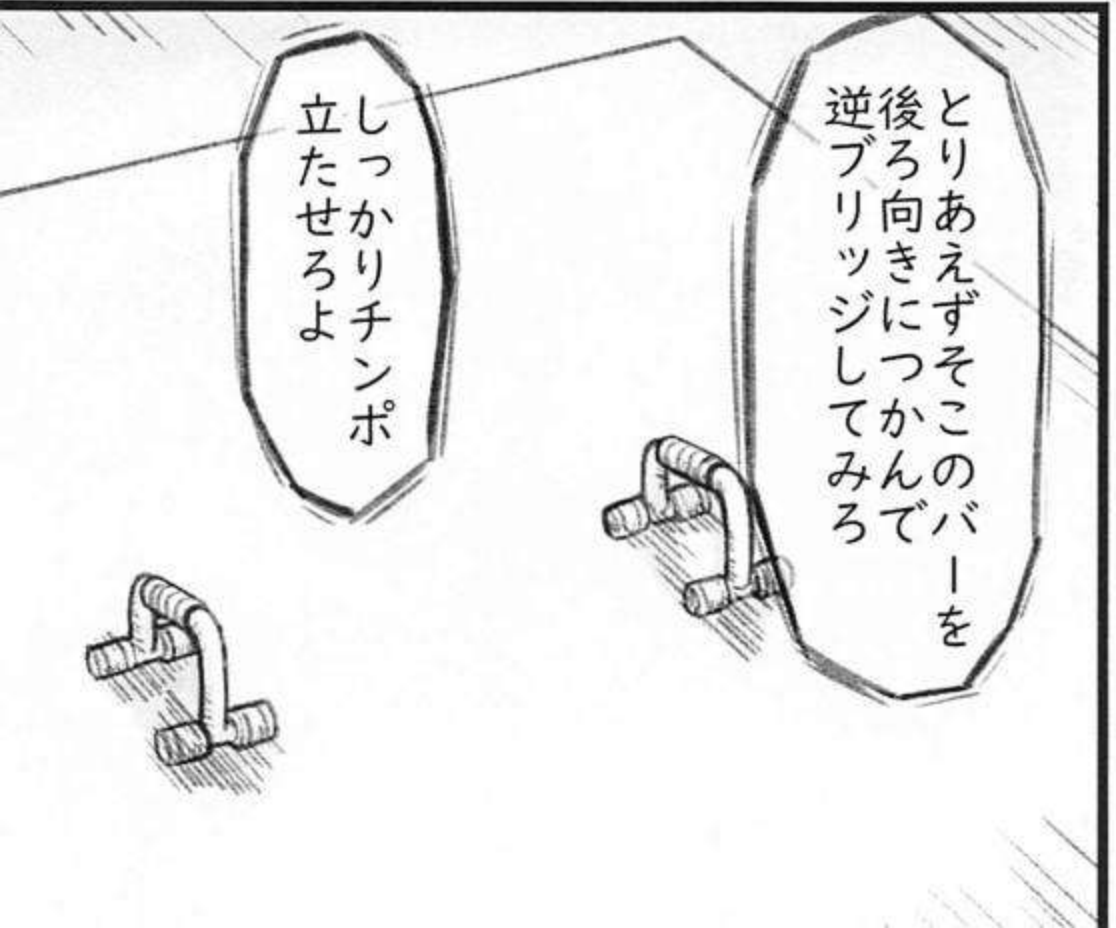
...

しっかり
立たせろよ
チンポ

とりあえずそのバーを
後ろ向きにつかんで
逆ブリッジしてみろ

これなら
いい練習できるぞ

ふむ：
標準サイズで
硬さもわるく
なさそうだ







まずは
バーベルチンポスクワット
1000回だ!

そうだ
その調子だ

くっく
くっく
久しぶりのチンポ
体に染みるぜ

腰を下げるな
しっかりチンポ立たせる

次はチンポ入れたま
俺の体を持ち上げろ
チンポ腹筋100回だ！

チンポが抜けないように
しっかり手で持てよ

いいぞ

もし余裕があんなら
俺が体を起こすのに合わせて
スクワットしてみろ





腕の筋トレするぞ

お前は後ろからサルみたい
に腰ふってる

ハア
ハア

ハア

ハア

ハア

ハア



ベンチに仰向けになれ
今度は俺がリードしてやる

どうだ
俺ん中
はメチャクチャ
気持ちいいだろ

ハア
ハア

ハア





しっかりと休んで
2回目のトレーニングやるぞ



ふう：
結構出たな

久しぶりの
トレーニングとしては
悪くない



一旦
休憩だ



あ、あの

最後までしておいて
なんですけど
こういう行為は...その...
恋人同士とかとやるもんじゃ...

それに...中で出したら...
その...いろいろ...責任とか...



はあ...はあ...

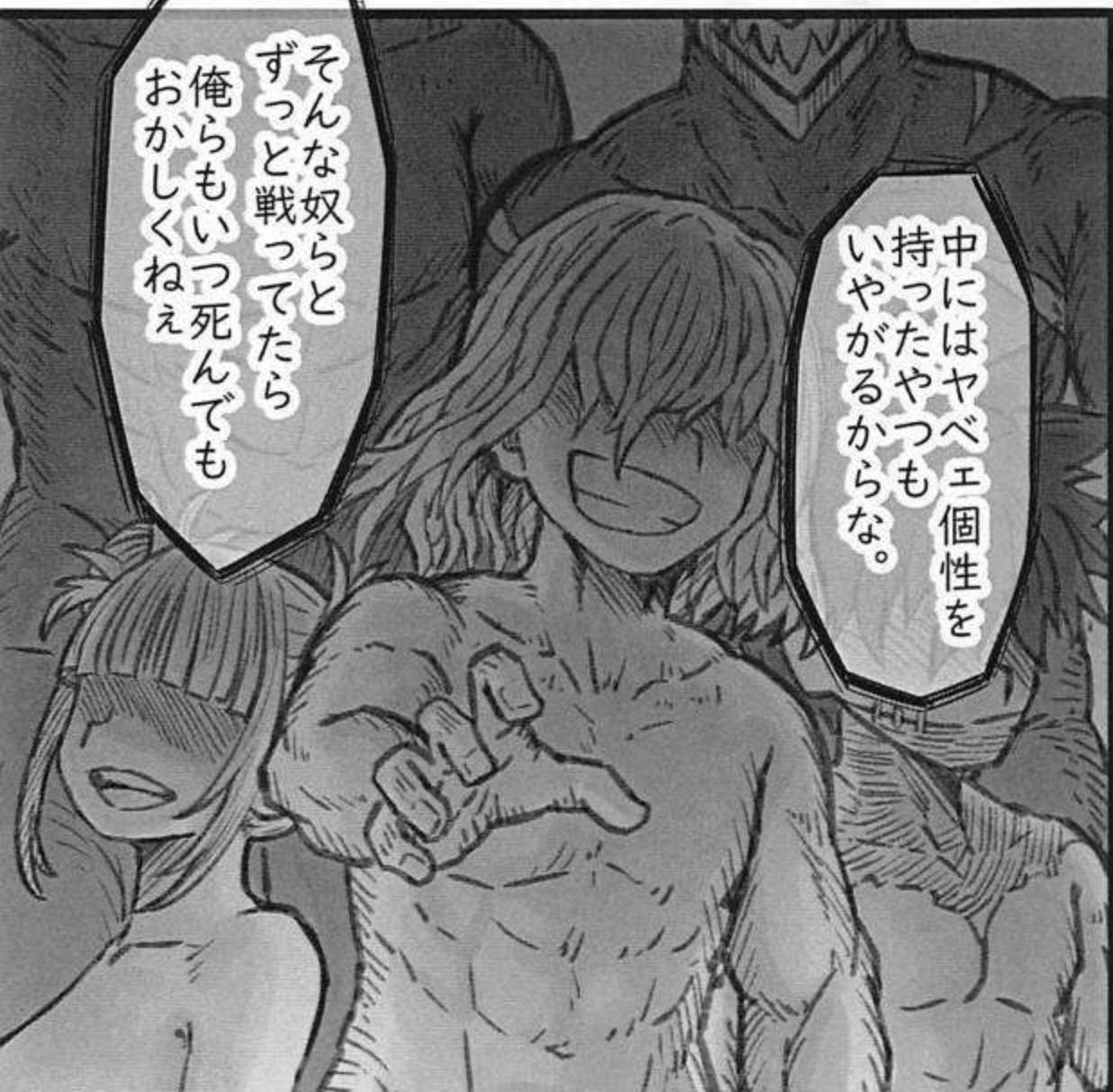


今ヒーローは圧倒的に劣勢なんだよ

平和の象徴に頼り切っていた
腑抜けでもしかいかねえからな



オールマイトが
ヴィローを引退してから
活性化してるのは活動が
知ってるだろ？



そんな奴らと
ずっと戦ってたら
俺らもいつ死んでも
おかしくねえ

中にはヤベエ個性を
持ったやつも
いやがるからな。



アイツらも
それ知ってるから

24時間そこかしこで
犯罪しまくりやがる。
まあ雑魚どもはっかなら
別にいいんだが

だからどんなヤツが
相手でも負けねえように
鍛えられるときは
全力で体を鍛えて

「トップ」ヒーローは
みんなやってることだ

少しでも未来に
強えエ血を託せるよう
セックスできるときは
全力でセックスする

まあ俺の場合は
どっちもすげえ大好物だから

同時にやってる
だけだけどな

お前もトップに
なりたてえんだろ？

その覚悟
ホントにあるんか？



これが：
トップヒーロー



今よりさらに
みんなを守るように
なるために
ここに来たけど

結局僕は目の前のこと
ばかりを見て
未来のことまで全然
考えられてなかったんだ：



ヒーローとして
少しでもトップに近づくために
このトレーニングと全力で向き合う
たぶんこれしかない……！

それが今の僕の弱さ……なら
さらに前に進むには

グッ



なら筋トレは
一旦やめだ



はっ
ついた顔つきに
ねえか

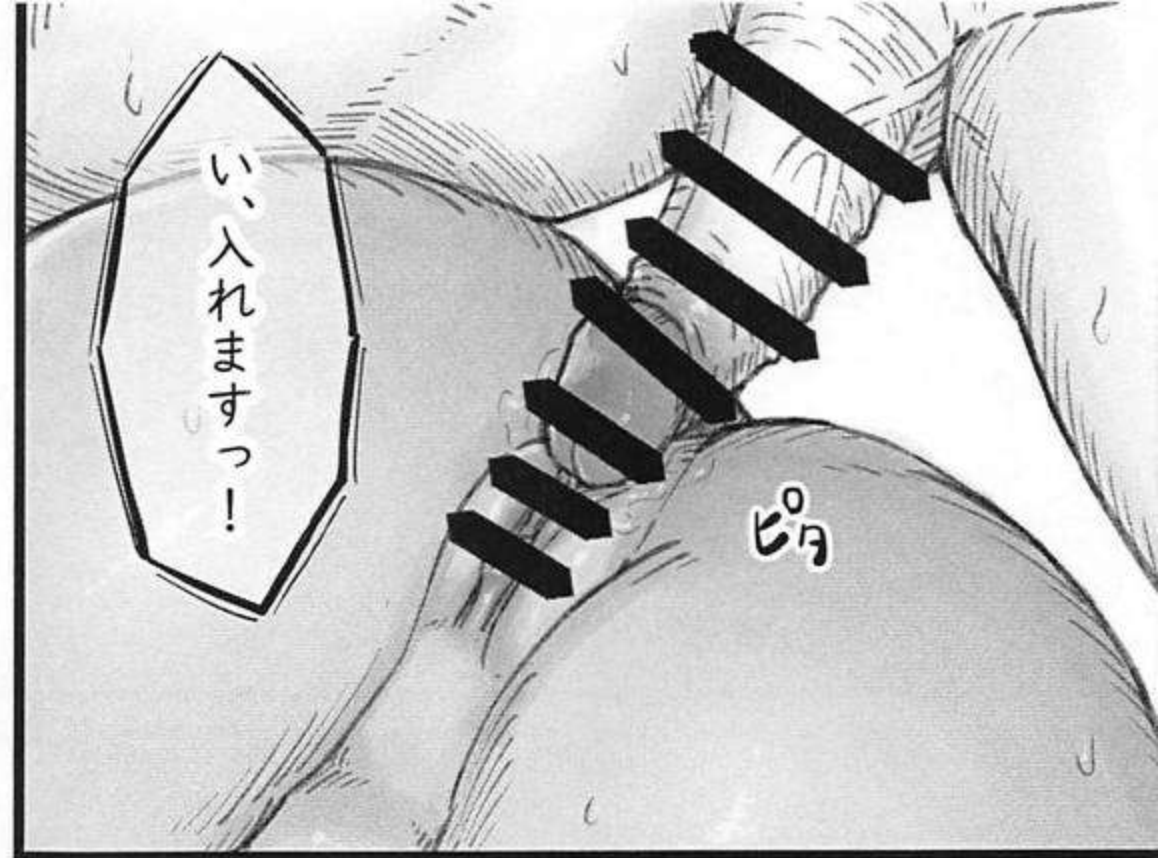


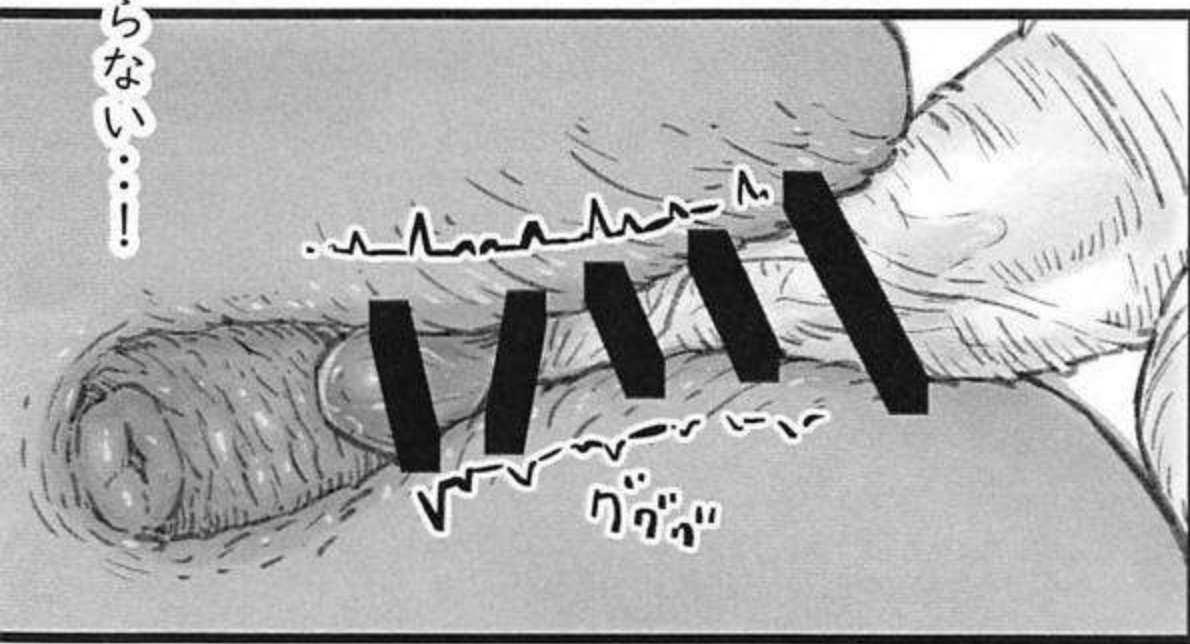
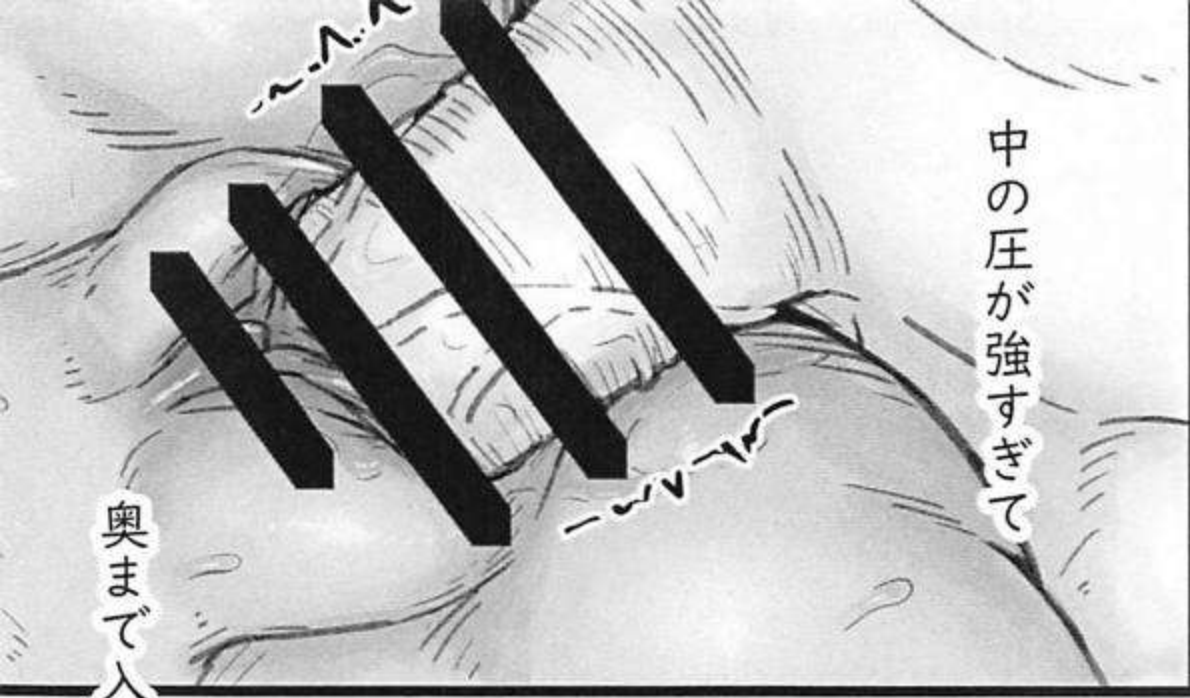
まずはトッププロの
セックスってヤツを

お前に教えてやる

来いッ!!

クハッ







ふん
威勢のいいこと
言つてたい割には
結局その程度かよ



くっ
このままじゃ…



みんなを守る強さを
手に入れるために！

おっ

ガッ

ヒキ

ヒキ

ヒキ



中途半端な覚悟じゃ
ダメだ

ガッ

持てる力のすべてを
出して挑まないとは…

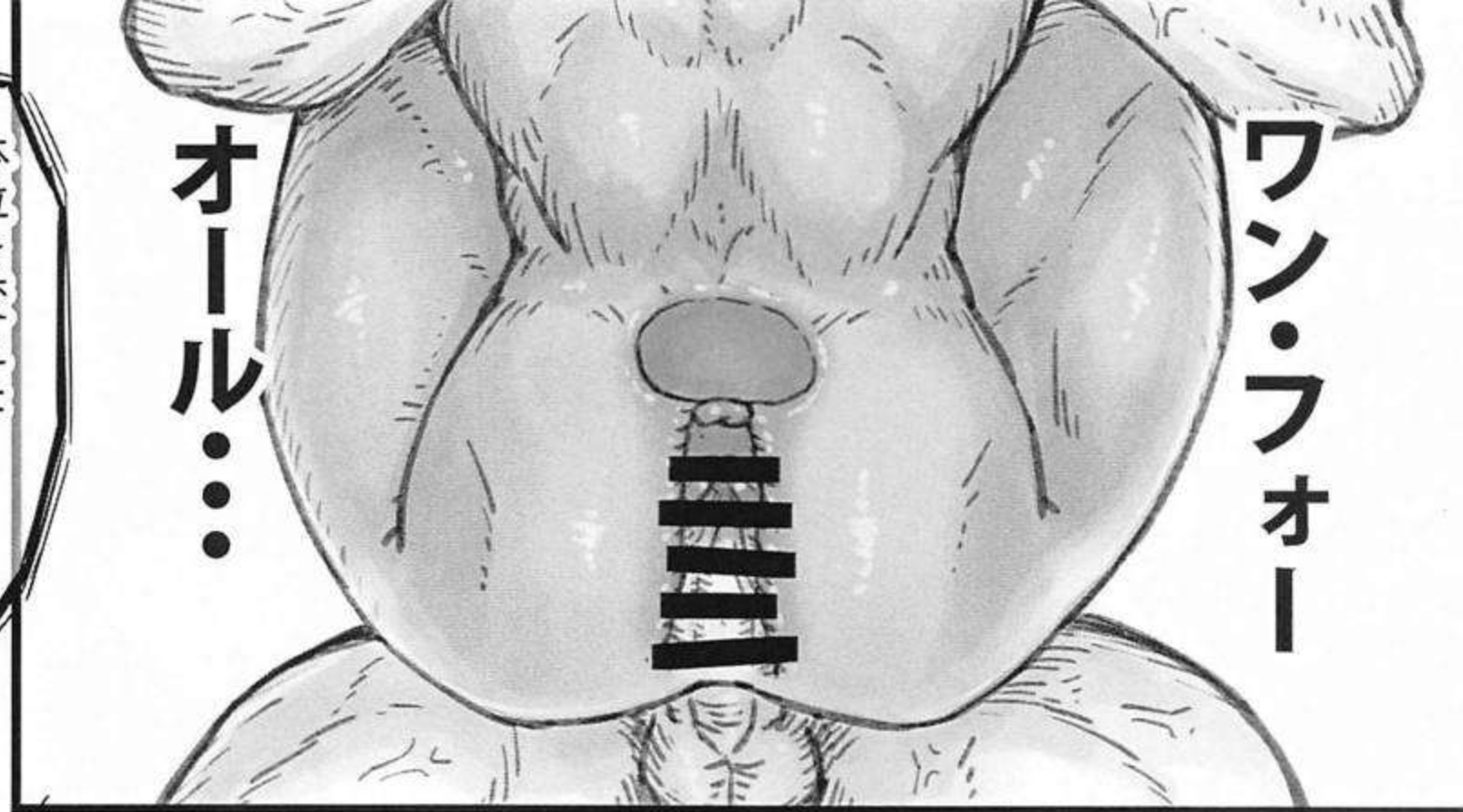
ヒキ

ヒキ

ヒキ



体位を変えた
くらいじゃまだまだ...

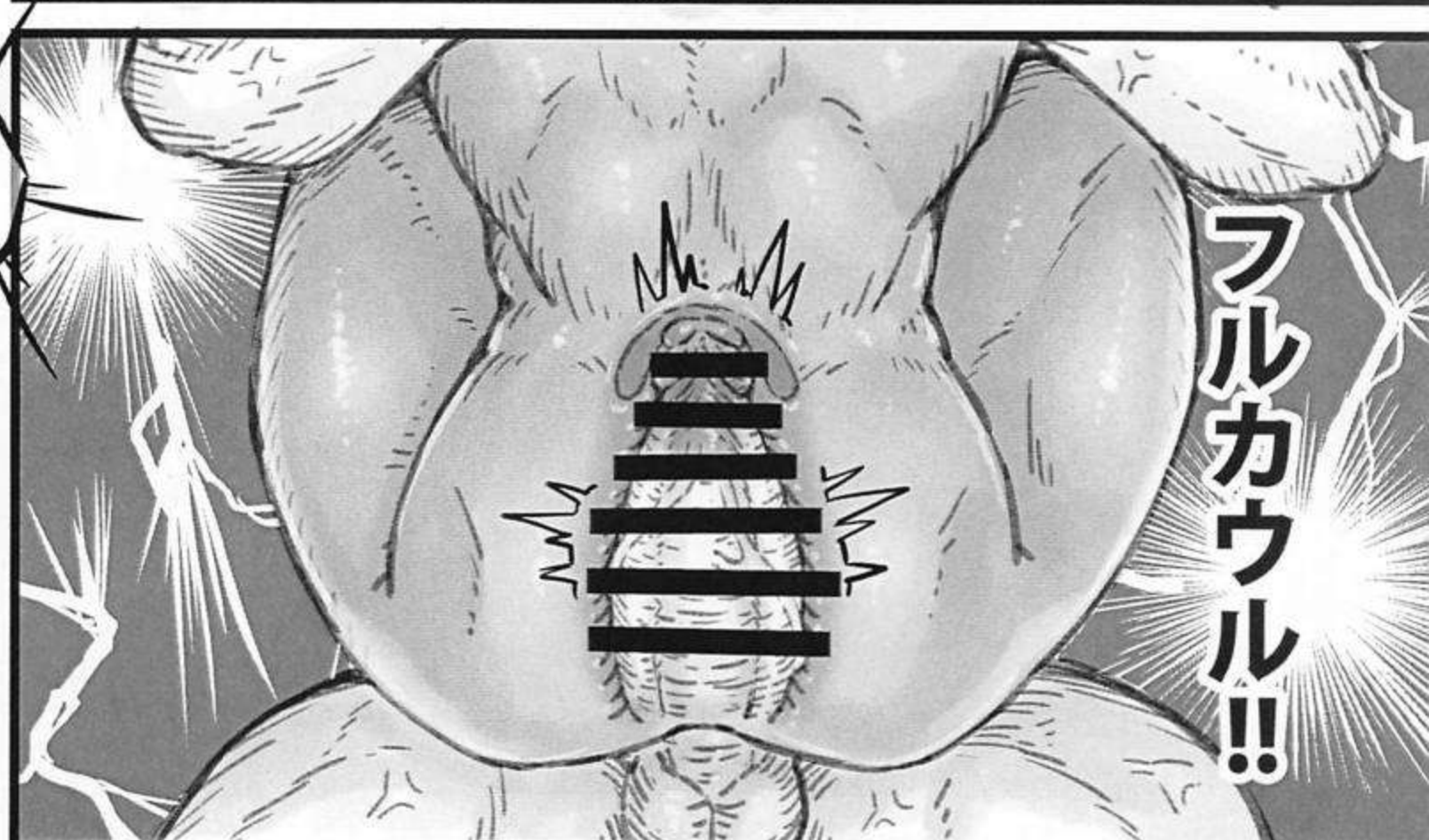


ワン・フォー

オール...



っ!?



フルカウル!!



うおおおおおおお!!

パン

パン

パン

パン

Blacked-out area

パン

パン

パン

パン

パン



や、やれば
できるじゃねえか

パン

パン

パン

パン



おっほおっ!

くっつヤバいから
力の使えないから
慣れないから
刺激が…

パン

パン

パン

パン



くっ…、ミルクさん
僕…もう…!!

いいぜ…中に出せ!
中に出して
俺を孕ませてみろっ!

パン

パン

パン

パン

パン

パン

パン

パン

パン

パン

パン

デトロイト



スマッシュ!!

ニ

ニ



はあはあ…

ここまでガツツリ
いったのは
オールのマイトと
やった時以来だぜ

まさかこの俺が
こんなガキに
イかせられるとはな…



ふん
まさかこれで終わり
だと思ってるのか
たかが一回
いっただけだ

俺が満足するまで
放さないからな
覚悟しろよ♥



まさかこの俺が
ホントに
こんなガキに
孕まされるとわな

数か月後...

奥付

MIRKO'S ESTRUS MUSCLE TRAINING

発行日：2024年08月12日

発行者：薔薇塩の会

twitter: @saltydanshark

連絡先: ssioboy@gmail.com

pixiv ID: 513967

印刷会社: ねこのしっぽ

