# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: '02-06-2025

# **RAUL AVILA SANCHEZ**

# POST ENTRENO

#### **SUPLEMENTO**

Proteína de Suero de Leche (Whey) Instantánea Sabor Chocolate u otros sabores 32.8g, Evolution WP100, 1.4kg o 2.8kg

#### RECOMENDACION

Mezclar 1 porción (32.8 g) en 350 ml de agua o leche. Consumir después del ejercicio o como complemento nutricional. Consumirlo después del ejercicio optimiza su absorción

#### **OBJETIVO**

Favorecer la recuperación muscular, mejorar el rendimiento físico y apoyar el desarrollo de masa muscular.

# **SUPLEMENTO**

### **RECOMENDACION**

#### **OBJETIVO**

#### **SUPLEMENTO**

#### **RECOMENDACION**

# **OBJETIVO**

#### **SUPLEMENTO**

#### RECOMENDACION

#### **OBJETIVO**

<sup>•</sup> La información aquí expuesta tiene un carácter meramente informativo y no debe interpretarse como una prescripción médica, ni está destinada a diagnosticar, tratar, curar, prevenir ninguna enfermedad o sustituir medicación alguna. Es responsabilidad del consumidor consultar con un médico o profesional de la salud antes de iniciar el consumo de cualquier suplemento.