

Fecha: 18-06-2025

Alexis Gomez

ANTES DE ENTRENAR	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Birdman Creatine Refresher   Creatina Monohidratada con Electrolitos, Magnesio y Vitaminas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Disolver 1 cucharada (10 g) en 500 ml de agua. Tomarlo antes del ejercicio favorece la recuperación de electrolitos, el rendimiento muscular y la disponibilidad de creatina</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar el rendimiento físico y la hidratación celular</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>