

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA



Fecha: 17-06-2025

LUZ GARDELLA

PRE - ENTRENO

SUPLEMENTO

Creatina
Monohidratada +
Cloruro de Calcio +
Malato de Magnesio
8.8g Ketolitos de
Biooptimizado

RECOMENDACION

Mezclar 1 porción en agua y consumir antes del entrenamiento. Consumirlo antes del entrenamiento optimiza su absorción y potencia sus efectos en la hidratación y rendimiento físico.

OBJETIVO

Favorecer la hidratación celular, mejorar la recuperación muscular y apoyar el rendimiento físico.

SUPLEMENTO

RECOMENDACION

OBJETIVO

SUPLEMENTO

RECOMENDACION

OBJETIVO

SUPLEMENTO

RECOMENDACION

OBJETIVO

• 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.