# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



**Fecha:** 13-06-2025

POST ENTRENO

## José Armando Cárdenas Vizcaíno

## **SUPLEMENTO**

Proteína de Suero de Leche (Whey) Instantánea Sabor Chocolate u otros sabores 32.8g de Evolution WP100 | Rendimiento y Recuperación Muscular | 1.4kg o 2.8kg, 42 y 85 porciones

#### RECOMENDACION

Tomar 1 porción (32.8g) diluida en 350 ml de agua o leche después del ejercicio. Consumirlo después del ejercicio optimiza su absorción y potencia sus efectos en la recuperación muscular y rendimiento físico.

#### **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**

• 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.