

Fecha: 01-10-2025

Nahuel Barrios

DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Vinagre de Manzana + Magnesio + Glutamina Advance Labs Nutrition 120 Cápsulas Veganas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>2 cápsulas al día con el desayuno</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Promover una digestión saludable, apoyar el metabolismo energético y fortalecer la recuperación muscular</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Ajo Negro + Jengibre + Ortiga Flow Supplements 90 Cápsulas Vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>3 cápsulas al día (1 antes de cada comida)</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la circulación, mejorar la digestión y reducir la inflamación mediante extractos herbales con respaldo tradicional y propiedades antioxidantes.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Isolate Whey Protein AMZ Nutrition 1.6 kg / 2.3 kg</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 scoop (≈33 g) disuelta en agua o bebida vegetal</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la recuperación muscular, aumentar masa magra y apoyar la síntesis proteica mediante proteína de suero aislada e hidrolizada sin saborizantes ni azúcares añadidos.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>