

Fecha: 08-09-2025

Celia Ferrer Diaz

MAÑANA	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Ashwagandha Optimizada Briah 500 mg por porción 60 Cápsulas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día por la Mañana para energía estable o noche para descanso profundo. Ideal en protocolos de perimenopausia, longevidad emocional, recuperación post-estrés</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Reducir el impacto del estrés diario, promover la claridad mental y mejorar la calidad del sueño mediante una dosis funcional de ashwagandha optimizada.</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) al día Justo después del entrenamiento o como snack proteico entre comidas</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la recuperación muscular post-entrenamiento, apoyar el desarrollo de masa magra y mantener una nutrición proteica limpia y eficiente.</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>