

Fecha: 18-02-2026

Omar Rodríguez

COMIDA	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Mega D-3 & MK-7 NOW Foods 5,000 UI / 180 mcg 60 Cápsulas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día. Tomar con la comida más abundante del día.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Direccionamiento Inteligente del Calcio.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Creatina Monohidratada Micronizada Birdman 450 g</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 scoop (5 g) al día. mezclarla con tu batido de tu preferencia</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Resíntesis de ATP y Voluminización 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>