

Fecha: 29-07-2025

jessica robles

|              |   |   |
|--------------|---|---|
| PRE ENTRENO  | <div>SUPLEMENTO</div> <div>Essential CHARGED   RAW Nutrition   Pre-entreno de Alta Intensidad</div>             | <div>RECOMENDACION</div> <div>Disolver 1 scoop (16 g) en 240–300 ml de agua. Tomar 20–30 minutos antes de entrenar. Fórmula sinérgica para potenciar el rendimiento físico y cognitivo en entrenamientos intensos</div> |
|              |   | <div>OBJETIVO</div> <div>Aumentar energía, enfoque mental, congestión muscular y resistencia física</div>   |
| PRE ENTRENO  | <div>SUPLEMENTO</div> <div>Essential Performance   RAW Nutrition   Pre-entreno con Estimulantes Moderados</div> | <div>RECOMENDACION</div> <div>Mezclar 1 scoop (10 g) en 250 ml de agua. Tomar 20–30 minutos antes del entrenamiento. ideal para quienes buscan energía sostenida sin efectos secundarios intensos</div>                 |
|              |   | <div>OBJETIVO</div> <div>Optimizar fuerza muscular, enfoque mental y resistencia física sin sobrecarga estimulante</div>  |
| POST ENTRENO | <div>SUPLEMENTO</div> <div>ISO100   Dymatize   2.3 kg</div>   | <div>RECOMENDACION</div> <div>Mezclar 1 scoop (32 g) con 150–200 ml de agua o bebida vegetal. Consumir después del entrenamiento o como colación proteica</div>   |
|              |   | <div>OBJETIVO</div> <div>Acelerar la recuperación muscular, promover el crecimiento magro y mejorar el rendimiento físico</div>   |
|              | <div>SUPLEMENTO</div>   | <div>RECOMENDACION</div>  |
|              |   | <div>OBJETIVO</div>   |