

Fecha: 30-08-2025

Marcos Rendon

DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>NAD+ Cell Regenerator, Life Extension, 100 mg, 30 cápsulas vegetarianas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día con alimentos. Tomarlo por la mañana ayuda a mantener vitalidad y rendimiento durante el día.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyo a la energía celular y envejecimiento saludable.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Resveratrol, NOW, 200 mg, 60 cápsulas vegetarianas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día con alimentos. Su ingesta matutina permite una mejor biodisponibilidad y protección antioxidante durante el día.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Antioxidante y apoyo cardiovascular.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>NMN (Nicotinamide Mononucleotide), GeneX Formulas, 250 mg, 60 cápsulas vegetarianas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 2 cápsulas al día con alimentos. Tomarlo por la mañana estimula la vitalidad y el rendimiento diario.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Producción de energía celular y longevidad.</div></div>
POST ENTRENAMIENTO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Falcon Performance Golden Vanilla, Birdman, 1.9 kg, proteína vegetal, 31 g por porción</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Mezclar 1 medida (42 g) en 350 ml de agua o bebida vegetal. Consumir 1 porción diaria. Ideal después del ejercicio para favorecer la síntesis de proteínas.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Recuperación muscular y nutrición completa.</div></div>