GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 29-07-2025

jessica robles

PRE ENTRENO

PRE ENTRENO

POST EN

SUPLEMENTO

Essential CHARGED |
RAW Nutrition | Preentreno de Alta
Intensidad

RECOMENDACION

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

OBJETIVO

Aumentar energía, enfoque mental, congestión muscular y resistencia física

SUPLEMENTO

Essential Performance | RAW Nutrition | Preentreno con Estimulantes Moderados

RECOMENDACION

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

OBJETIVO

Optimizar fuerza muscular, enfoque mental y resistencia física sin sobrecarga estimulante

SUPLEMENTO

ISO100 | Dymatize | 2.3 kg

RECOMENDACION

Mezclar 1 scoop (32 g) con 150–200 ml de agua o bebida vegetal. Consumir después del entrenamiento o como colación proteica

OBJETIVO

Acelerar la recuperación muscular, promover el crecimiento magro y mejorar el rendimiento físico

SUPLEMENTO

RECOMENDACION

OBJETIVO

• La información aquí expuesta tiene un carácter meramente informativo y no debe interpretarse como una prescripción médica, ni está destinada a diagnosticar, tratar, curar, prevenir ninguna enfermedad o sustituir medicación alguna. Es responsabilidad del consumidor consultar con un médico o profesional de la salud antes de iniciar el consumo de cualquier suplemento.