# **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA

Creatina



POST ENTRENO

Fecha: 23-09-2025

**SUPLEMENTO** 

Monohidratada |

# **Guadalupe Monica Rendon**

#### **RECOMENDACION**

1 scoop (5 g) al día disuelto en agua o batido funcional

#### AMZ Pure Creatine 100 o 200 Porciones

Mejorar la fuerza, aumentar la masa muscular magra, acelerar la recuperación y potenciar la energía celular mediante creatina monohidratada pura y micronizada.

### **SUPLEMENTO**

## RECOMENDACION

#### **OBJETIVO**

**OBJETIVO** 

#### **SUPLEMENTO**

#### **RECOMENDACION**

#### **OBJETIVO**

#### **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.