

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

**vitahub**

Fecha: 17-11-2025

PRE ENTRENO

## SUPLEMENTO

RAW Essentials Performance Pre Workout | 610 g | L-Citrulina + Beta-Alanina

## RECOMENDACION

1 scoop ( $\approx$ 20 g) mezclado en agua, 20-30 minutos antes del entrenamiento

## OBJETIVO

Optimizar la fuerza muscular, la resistencia y el enfoque mental mediante una combinación de aminoácidos clave para el rendimiento deportivo.

## SUPLEMENTO

## RECOMENDACION

## 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.