

Fecha: 11-09-2025

Mariam Cortes Reyes

POST ENTRENO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Creatina Monohidratada Valara Nutrition 450 g 90 Porciones</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 scoop (5 g) al día. Antes o después del entrenamiento, disuelto en agua o bebida vegetal Ideal en protocolos de longevidad muscular, fatiga funcional, sarcopenia preventiva y rendimiento físico</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div><div>Aumentar la fuerza y resistencia muscular, mejorar el rendimiento físico y acelerar la recuperación post-ejercicio mediante creatina monohidratada micronizada de alta pureza.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div></div>