

Fecha: 16-08-2025

Larissa Vega Gil

ALMUERZO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Vitamina D3 + K2 20mcg Bio-DK de Biooptimizado   Vitaminas esenciales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar la dosis indicada (equivalente a 1000 UI de D3 y 90 mcg de K2) junto con una comida principal que contenga grasas saludables.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Salud ósea, cardiovascular e inmunitaria.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Ketolitos con Creatina – Biooptimizado (Sabor Limón, 264 g, polvo)</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Mezclar 1 medida (8 g) en 500 ml de agua fría y tomar durante el ejercicio o en casos de deshidratación.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Hidratación, energía sostenida, mejora de fuerza y recuperación muscular.</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>