

QUE SUMAN

PESO +3 KG

+VITALIDAD
+ENERGIA
+TESTOSTERONA

PESO +7KG

DORMIR +8 H

DESCANSADOS
+ENERGIA
REPARADO

DORMIR +7 H

DORMIR +6 H

PROTEINA 1g/ kg

REPARACION
CALCIFICACION
REGENERACION
MUSCULOS

PROTEINA 0.7g/ kg

D. ANAEROBICO

MUSCULOS
HUESOS
PRV. SARCOPENIA

D. AEROBICO

MEJORA DEL CORE

2000-2200 KCal

+ ENERGIA
+DIGESTIVO
CONTROL PESO

QUE RESTAN

PESO +15KG

APATICO
CANSADO
PASIVO

PESO +30KG

DORMIR 4 H

BOSTEZOS
DETERIORO

PROBLEMAS
DESCALCIFICACION
LESIONES
FRACTURAS
DENTICION

PROTEINA-0.5g/ kg

FRAGILIDAD
DIETAS

DEBILIDAD
INMUNOLOGICA

SEDENTARIO

AZUCAR

+ MUCHA
RESERVA GRASAS

MUCHOS HIDRATOS

MUCHA AZUCAR

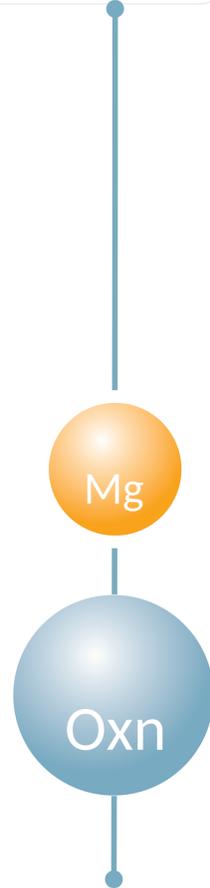
SALUD MENTAL



Vitamina B6
Vitamina B12

TDHA
Estres
Ansiedad
Alzheimer
Demencia

DEPORTE /MUSCULO



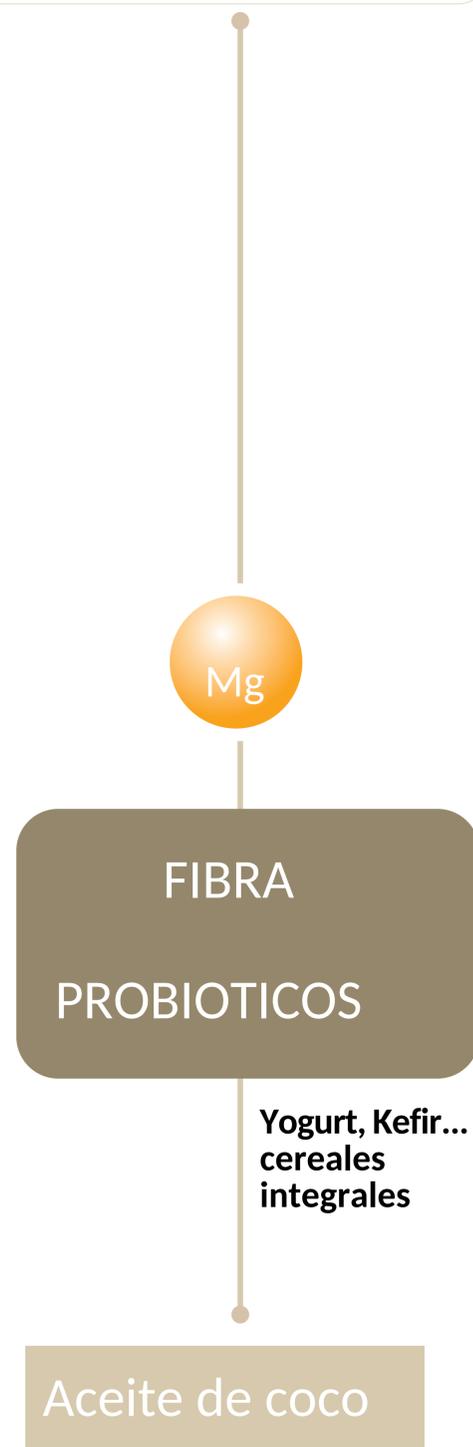
+Recuperación



+Musculatura
+Rendimiento



SALUD INTESTINAL



Sistema inmunitario
Sistema hormonal
Control de la Tiroides
Uñas, pelo y dientes
Reduce el colesterol
Combate la inflamación
Control del azucar
Cicatrización
Gusto y visión
Protección radicales libres
anti gripal

EQUILIBRIO



Vitamina C
Astaxantina

SALUD Y HUESOS



+ 300 procesos

Vitamina K2



facil

Colageno

dificil

SIN TRATAMIENTO