

**WHEY
PROTEIN**

PROTEÍNAS

Quién puede tomar Whey Protein?

La toma de suplementos de proteína whey está indicada para deportistas que entrenen con grado de intensidad medio/alto y que no sean capaces de recuperar o incrementar su masa muscular.

**WHEY
PROTEIN**

PROTEÍNAS

Una de las principales
razones por las que la
mayoría de las personas se
deciden a consumir

WHEY PROTEIN

Es que ayuda al desarrollo de
los músculos y mejora de la
recuperación, contribuyendo
por ello al aumento de la
fuerza.

**WHEY
PROTEIN**

PROTEÍNAS

WHEY PROTEIN

Es una proteína de digestión rápida perfecta para cuando te levantas, debido a que suministra rápidamente aminoácidos a tus músculos y contrarresta la descomposición muscular.

La mayoría de los expertos recomiendan consumir un batido de calidad como WHEY PROTEIN, a primera hora de la mañana.

**WHEY
PROTEIN**

PROTEÍNAS

**La proteína de suero de leche o
WHEY PROTEIN**

**Es uno de los suplementos más
utilizados cuando el objetivo es
aumentar masa muscular, debido
a que es una excelente fuente de
aminoácidos esenciales
(aquellos que sólo podemos
conseguir en la alimentación) y
eleva la concentración de estos
en la sangre.**

**WHEY
PROTEIN**
TRAIN HARD



PROTEÍNAS