



undiadeabril.com

Tu Rutina de Suplementación Premium

Para que vivas con salud plena y disfrutes de cada día con fuerza y serenidad

Somos Magnesio Lovers porque favorece todos estos objetivos...



Tener huesos fuertes



Perimenopausia y menopausia



Rendimiento y recuperación entrenamientos



Apoyo a la salud mental



Aliviar dolores articulares y musculares

Para motivarte, te animamos a apuntar aquí tu objetivo. ¡Vamos juntas a por él!



Transforma tu bienestar con constancia y consciencia

MES 1

MES 2



¡Recuerda hacer pedido!

Suplemento	Componentes	Cuándo	Cuánto	Recordatorio útil
	MAGNESIO AMINO QUELADO Bisglicinato de magnesio (Albion®)	Noche	2 cápsulas al día Contenido: 90 cápsulas (1,5 mes / bote)	Toma una o dos cápsulas diarias con la cena. Ayuda a relajar el cuerpo y combatir el estrés.

Consulta con un profesional de la salud si tienes alguna condición médica o tomas medicamentos antes de comenzar a tomar cualquier suplemento. Recomendamos medir tus niveles de vitamina D para que te puedan ajustar la dosis que necesitas.

Recuerda también...

-  **Hidratarte** bien durante el día
-  **Muévete** lo que puedas, prioriza tus entrenamientos.
-  **Mantén una alimentación variada y equilibrada**
-  **Prioriza el descanso profundo**
-  **Coloca esta hoja en un lugar visible:**
cocina, baño o zona de suplementos

¡Síguenos en redes!

@un_diadeabril

Dra. Jiménez
@doctorajimenez

Patri Psicóloga
@patri_psicologa