

# GUÍA DE HIDRATACIÓN

HIDRATA TU CUERPO COMO LO NECESITA EN CADA MOMENTO DE TU ACTIVIDAD FÍSICA

**ANTES**

**HIPOTÓNICO**

Winbi® 10g + 330 ml AGUA

**75 TOMAS TOTALES** en este envase

TÓMALO EN PEQUEÑAS INGESTAS. MEDIA HORA ANTES DEL EJERCICIO

**RESULTADO**  
**HIPERHIDRATACIÓN MODERADA**

MENOR TEMPERATURA CENTRAL CORPORAL MENOR PERCEPCIÓN DE ESFUERZO

**DURANTE**

**HIPOTÓNICO**

Winbi® 15g + 500 ml AGUA

**50 TOMAS TOTALES** en este envase

TOMA ENTRE 100/150 ml CADA 15 MINUTOS DE EJERCICIO

**RESULTADO**  
**HIDRATACIÓN ÓPTIMA**

EVITAS LOS EFECTOS NOCIVOS DE LA DESHIDRATACIÓN

**DESPUES**

**HIPERTÓNICO**

Winbi® 12,5g + 200 ml AGUA

**60 TOMAS TOTALES** en este envase

TOMA LA CANTIDAD INDICADA LO ANTES POSIBLE AL TERMINAR

**RESULTADO**  
**RECUPERACIÓN**

REPOSICIÓN DE ELECTROLITOS

**!** EVITA BEBIDAS CARBONATADAS - PREPARAR Y CONSUMIR EL MISMO DÍA

NUTRIENTES NATURALES

REDUCE CALAMBRES MUSCULARES

ENERGÍA INSTANTÁNEA

OPTIMIZA LA HIDRATACIÓN

DISMINUYE CANSANCIO Y FATIGA

MEJORA RENDIMIENTO Y RECUPERACIÓN