



Apolo

Antes Mentality

PROTOCOLO DE ENFOQUE Y ENERGÍA

Apolo acompaña tu mañana con una fórmula magistral y un protocolo integral diseñado para favorecer enfoque, claridad mental y energía sostenida durante el día.



No es un suplemento. Es un sistema completo.

CÓMO TOMAR APOLO



2 cápsulas al día



1 cápsula por la mañana con desayuno



1 cápsula al mediodía con comida o snack



Constancia recomendada: 4–6 semanas



Ajusta entre 1 y 2 cápsulas según tu respuesta



Consulta a tu profesional de la salud si estás embarazada, lactando o bajo tratamiento médico

INGREDIENTES CLAVE



L-Teanina



Bacopa monnieri



Ginseng coreano



Rhodiola rosea



Cafeína natural



Magnesio

RUTINA DE ENFOQUE RECOMENDADA

1



Activa tu mañana con luz natural y respiración consciente.

2



Toma Apolo con agua después del desayuno.

3



Escanea el QR y escucha tu audio o playlist.

4



Define tus 3 prioridades del día.

5



Haz una pausa activa y toma tu segunda cápsula al mediodía.

6



Cierra el día con gratitud y menos pantallas por la noche.

LOS 4 MOMENTOS DEL DÍA BODHI



MAÑANA
Apolo

Enfoque y claridad mental



MEDIODÍA
Aurora

Energía natural y vitalidad



TARDE
Selene

Calma y equilibrio mental



NOCHE
Morpheus

Sueño profundo y reparador



Apolo

Antes Mentality

MEJORES PRÁCTICAS Y PROTOCOLO AMPLIADO

Apolo forma parte del sistema Bodhi para la mañana y el mediodía. Su objetivo es acompañar enfoque, claridad mental y energía sostenida para días de trabajo, estudio y alto rendimiento con presencia.



1. ¿QUÉ HACE ÚNICO A APOLO?



FÓRMULA MAGISTRAL

L-teanina, Bacopa monnieri, Ginseng coreano, Rhodiola rosea, cafeína natural y magnesio en una combinación diseñada para acompañar enfoque, energía y claridad mental.



AUDIO DE HIPNOTERAPIA

Incluye una guía para alinear mente, atención y presencia al iniciar tu día.



PLAYLIST DE FRECUENCIAS

Música pensada para apoyar concentración, calma alerta y productividad sostenida.



HÁBITOS DE ALTO IMPACTO

Pequeñas acciones repetidas cada día potencian tu experiencia con Apolo.

Cada fórmula incluye un protocolo: audio de hipnoterapia, playlist de frecuencias y hábitos de alto impacto. No es un suplemento. Es un sistema completo.

2. MEJORES PRÁCTICAS PARA POTENCIAR APOLO



Mantén un desayuno con proteína, fibra y buena hidratación.



Recibe luz natural por la mañana para activar tu energía.



Realiza 3-5 minutos de respiración consciente antes de comenzar.



Haz estiramiento o movimiento suave para activar el cuerpo.



Define tus 3 prioridades del día para enfocar tu atención.



Toma pausas activas y evita la multitarea excesiva.



Evita cafeína adicional en exceso si eres sensible a estimulantes.



Evita tomar Apolo muy tarde para no interferir con el descanso.

3. RITUAL DIARIO BODHI



ACTIVA

Luz natural, respiración y enfoque antes de empezar.



TOMA APOLO

1 cápsula con agua después del desayuno.



ESCUCHA

Activa tu audio de hipnoterapia y playlist.



REENFOCA

Toma la segunda cápsula al mediodía con comida o snack.



CIERRA

Haz una pausa, agradece tus logros y baja pantallas por la noche.

4. ¿QUÉ PUEDES ESPERAR?



DÍAS 1-3

Mayor claridad para comenzar el día y mejor disposición mental.



SEMANA 1-2

Más enfoque sostenido, energía estable y mejor organización.



SEMANA 3-6

Mejor productividad, memoria de trabajo y constancia diaria.

5. RECORDATORIOS IMPORTANTES

- La constancia hace la diferencia: úsalo durante 4-6 semanas.
- Ajusta entre 1 y 2 cápsulas según tu respuesta individual.
- Si estás embarazada, lactando o bajo tratamiento médico, consulta a tu profesional de la salud.
- Este material es informativo y acompaña hábitos de bienestar.

LOS 4 MOMENTOS DEL DÍA BODHI



MAÑANA Apolo

Enfoque y claridad mental



MEDIODÍA Aurora

Energía natural y vitalidad



TARDE Selene

Calma y equilibrio mental



NOCHE Morpheus

Sueño profundo y reparador

