

# MÉTODO #qntcc



¡MÉTODO #QNTCC Funciona!

El único método que no te asegura la pérdida de peso en ningún espacio de tiempo, ni corto ni largo, ni medio.



## Que notecuentencalorías

### El método definitivo

¿Cuántos métodos has probado para perder peso? ¿Cuántas veces te han dicho que ese era el método, definitivo, único, esencial y demás milongas que te han hecho perder tiempo y dinero, pero no has logrado perder peso y si lo has perdido lo has vuelto a recuperar el doble de rápido y has terminado con más peso del que tenías?

Son preguntas retóricas, me se tu respuesta, estuve en tu lugar, he estado en tu lugar toda la vida, me han timado por activa y por pasiva, he tomado de todo y a cualquier precio, me he dejado la vida en potingues milagrosos, en batidos, pastillas y cremas reductoras. Se lo que sientes porque lo he sentido durante mucho tiempo y también se como

te culpas igual que yo me estuve culpabilizando por ser tan cazurro y dejarme liar por mangantes, "magufos", y timadores varios.

¡Vale! Ahora te preguntas que qué te estoy ofreciendo yo, pues te estoy ofreciendo mi experiencia, mi aprendizaje y sobre todo te estoy ofreciendo la manera correcta de descubrir cómo, cuando y por qué te han estado engañando todos esos abrazapitas que te ofrecían el santo grial a cambio de tu cuenta corriente.

Te estoy ofreciendo aprender que el peso es lo de menos, que la báscula es el artilugio que usan los estafadores para llevarnos a su terreno y dejarnos el bolsillo limpio a cambio de una idea totalmente

equivocada, errónea y lo pero de todo, tremendamente perjudicial para tu salud.

Te estoy ofreciendo la posibilidad de aprender a alimentarte, de aprender a comer, a conseguir hábitos de vida saludable, a activarte físicamente, a buscar dentro de ti y sacar la esencia de tus emociones y sentimientos. Te estoy ofreciendo saber donde esta el problema, llegar hasta el y erradicarlo.

En resumidas cuentas te estoy ofreciendo una ocasión única de que te des una oportunidad a ti mismo para descubrir que no es culpa tuya, que no lo ha sido nunca.

**¡Que no te cuenten calorías!**

# ¿Por qué #qntcc?

## Quenotecuentencalorias



Porque es el único método en el mundo que no te asegura perder ninguna cantidad de peso en ningún tiempo estimado. Serás tu quien, con todo lo aprendido en este proceso, decidas que alimentación es la más idónea para ti, cual es el peso que consideras oportuno perder, cuando como y por qué.

### Te lo resumimos en 6 puntos fundamentales:

#### 1 Funciona.

Te garantizamos que con una dedicación diaria de 45 minutos y siguiendo las indicaciones de tus nutricionistas y tutores aprenderás todo lo necesario para controlar tu alimentación, estado físico, emocional y tener todas las herramientas necesarias para perder el peso que tu y tu equipo de #qntcc os hayáis propuesto.

#### 2 Es Diferente.

No te prometemos resultados, los resultados los vas a conseguir tu mismo, te aseguramos que vas a conocer de primera mano las claves para conseguir un estado de salud óptimo y el peso adecuado a tu persona.

#### 3 Es Práctico

Aprenderás de una forma práctica, vas a demostrarte a ti mismo como hacerlo, serás tu propio banco de pruebas y con la seguridad que da tener un equipo de profesionales velando por tu salud física, psíquica y emocional.

#### 4 Es divertido

Se abrirá un abanico multimedia a tu alcance donde tendrás todos los cursos del campus virtual a tu disposición, consulta mensuales online con tu

dietista nutricionista, con su psicólogo, reuniones grupales online por videoconferencia para poneros al día, consultar dudas y planificar las semanas. Podrás acceder a un entrenamiento virtual desde casa, con un preparador físico que te mostrara la manera de entrenar y hacer los ejercicios correctamente.

#### 5 es Flexible

Si. Lo sabemos. Estas muy ocupado y no tienes tiempo. El campus virtual está abierto para ti las 24h del día 7 días a la semana. Siempre podrás acceder y ver los videos, las clases o los entrenamientos cuando quieras, las consultas online la podrás programar con mucho tiempo de antelación para poder tenerlo todo organizado.

#### 6 Sabemos lo que hacemos.

Detrás de #qntcc hay un equipo multidisciplinar especializado con muchas horas de experiencia. Dietistas-Nutricionistas, doctores en actividad física, entrenadores personales, psicólogos y creativos que junto a un equipo de producción audiovisual han creado este método revolucionario que no deja ningún cabo suelto para asegurarnos el éxito en esta ardua tarea que es aprender hábitos de vida saludable y ganar salud.

#### ¿Convencido?

Es el momento de empezar. Es el momento de ganar salud, de aprender hábitos de vida saludable y encontrar la forma correcta de alimentarte.

¡Es el momento de que nadie, nunca mas, te cuente calorías!

No dejes que nadie, nunca más, te diga lo que tienes que hacer para perder peso. Aprende, estudia, lee a los mejores y contrasta toda la información. Tu eres quien debe saber y tomar las decisiones. Es tu salud, es tu vida.

**Nadie debe decidir por ti.**

**¡Empieza ya !**



## ¿Cómo aprendo con el método #qntcc?

El éxito de nuestra metodología consiste en al propia experiencia de Ángel Rueda y su proceso de pérdida de peso, aprendizaje de hábitos saludables y activación física.

Los cuatro años invertidos en descubrir toda la información posible y la evidencia científica a día de hoy sobre el gran problema mundial de obesidad que padecemos le ha hecho confeccionar una forma fácil, sencilla y asequible de ayudar a muchas personas que se encuentran en la misma situación que se encontraba el hace unos años.

Si no encontramos la raíz del problema no podemos seguir avanzando. La obesidad es multifactorial y los que venden una dieta cualquiera para perder peso están mintiendo, engañando y estafando al personal. Cada persona es única y diferente, su problema de sobrepeso puede venir de multitud de patologías distintas y su solución es única, personal e intransferible. Lo que funcionó para mi, puede que no funcione para ti. Pero si sabes todo el abanico de soluciones posibles, estás mucho más cerca de encontrar el remedio. Cuando detectas el problema encontrar la solución es mucho mas fácil, rápido y llevadero.

Plantéatelo de esta manera **¿Si te dicen donde está el error y cómo solucionarlo, te vas a quedar de brazos cruzados? ¡Efectivamente! NO.**

Un equipo de profesionales estará detrás de ti en todo momento, te



acompañaran durante todo el proceso, resolviendo tus dudas con solo marcar un numero de teléfono. Tendrás acceso a miles de horas de clases sobre alimentación, cursos especializados, material en pdf, bibliografía y sugerencias de lectura, sesiones grupales de apoyo y motivación por videoconferencia. Entrenamiento personalizado según tu estado físico. Asesoramiento psicológico profesional.

Si has llegado hasta aquí, te estarás dando cuenta que no va a ser fácil, pero también podrás observar que vas a estar asesorado por los mejores, con el mejor equipo y con las mismas ganas que tu de conseguir tus objetivos.



Por todo esto **#qntcc** es el único método del mundo para perder peso que jamás te prometerá que vas a perder peso, porque eso será tu cometido, tu proyecto, tu apuesta, nosotros vamos a estar ahí en todo momento y te vamos a dar todas las claves, toda la información y todo el apoyo. Nosotros vamos asegurarte al cien por cien, que si no pierdes peso, tu sabrás perfectamente cual es el motivo y podrás solucionarlo fácilmente.

**Con el método #qntcc si no pierdes peso, sabrás de primera mano cual es la razón.**



**Angel Rueda**

Dame toda la información, todos los resultados, todas las ideas y posiciones por muy enfrentadas que estén, déjame que sea yo quien decida lo que es mejor para mi.

## ¿Cuándo empezaré a notar cambios en mi salud?

Desde la primera semana toda tu vida cambiará, conforme vayas conociendo las herramientas y usándolas notarás como todo fluye. No va a ser fácil, vas a tener que poner toda la carne en el asador, si eres vegano puedes poner calabacín y berenjenas, pero tendrás que echar el resto.

A la segunda semana notarás los cambios física y mentalmente, te sentirás mucho mas fuerte, ágil y lleno

de energía, descubrirás que funciona y que si sigues conseguirás tu objetivos.

Tu entorno lo notará al mes y medio y entonces ocurrirá un proceso muy bonito que llamamos **“deja lo que estés haciendo que nos quitas protagonismo”**. La personas incluido tu entorno más cercano, el que nunca se ha preocupado ni por lo que comes o dejas de comer, ni por tu apnea del sueño, tu psoriasis o tu diabetes, ahora te dicen que tengas cuidado, que te ven mejor pero que... **“no sigas haciendo lo que estes haciendo que seguro es malísimo”**



## ¿Cuándo empiezo? Cómo va esto...

Actualmente tenemos tres modelos.  
Todo depende de lo que necesites  
y lo que te propongas.



Plan #qntcc 1 mes



Plan #qntcc 4 meses



Plan #qntcc 8 meses



### Angel Rueda

Lo que me sirvió a mi puede que no te valga a ti, pero aprender la evidencia actual, descubrir todas las herramientas y actuar en consecuencia sabiendo cuales son tus necesidades es lo que te llevará al éxito.

# MÉTODO #QNTCC

¿Y si te lo contamos de viva voz?



667 45 22 50

950 08 14 19

[hola@quenotecuentencalorias.com](mailto:hola@quenotecuentencalorias.com)

