



UNIVERSITY OF NICOSIA
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

Το δικό μας διεθνές Πανεπιστήμιο

MENU

ΑΡΧΙΚΗ

ΚΟΙΝΩΝΙΑ

ΠΟΛΙΤΙΚΗ

ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ

ΑΘΛΗΤΙΚΑ

ΜΟΔΑ

ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ

ΑΠΟΦΕΙΣ

ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

MEDIA

MR GADGET



20/09/2015

SHARE

**Χρήστος Γαρέφης: Ο
Θεσσαλονικιός...
σούπερμαν! Στα 60
του χρόνια
παγκόσμιος
πρωταθλητής στο
τρίαθλο!**

Το πρώτο του χρυσό μετάλλιο στον τελικό του



παγκοσμίου πρωταθλήματος τριάθλου στην κατηγορία 60-64 ετών κατέκτησε ο Χρήστος Γαρέφης. Ο Έλληνας αθλητής είχε μάλιστα περίπου τρία λεπτά διαφορά από τον δεύτερο.

Μετά τον τίτλο του πρωταθλητή Ευρώπης στην ηλικία 60-64 ετών, ο Χρήστος Γαρέφης είναι από σήμερα και παγκόσμιος πρωταθλητής τριάθλου στην κατηγορία αυτή. Ο Έλληνας αθλητής, στην τελευταία διοργάνωση της καριέρας του, κατέκτησε την πρώτη θέση στη σπριντ απόσταση στον τελικό του παγκοσμίου πρωταθλήματος που γίνεται στο Σικάγο. Ο Γαρέφης έκανε 1:08.05 (κολύμβηση 11:17, ποδηλασία 29:13, τρέξιμο 21:18) και τερμάτισε πρώτος με 3 λεπτά και 35 δευτερόλεπτα διαφορά από τον δεύτερο. Στον αγώνα συμμετείχαν 63 αθλητές.

Ο Γαρέφης έκανε λοιπόν το θαύμα του. Είναι ο πρώτος Έλληνας που στα 60 του παίρνει την πρώτη θέση στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Τριάθλου στην ηλιακή του κατηγορία. Ένας αθλητής που κάνει πρωταθλητισμό 50 χρόνια. Κάνοντας μία εξαιρετική προετοιμασία με πρόγραμμα που είχε φτιάξει ο ίδιος (ένας από τους καλύτερους Έλληνες προπονητές κολύμβησης) και βάζοντας τον πήχη ψηλότερα από τα όρια που χρειαζόταν για να διακριθεί.

Ο Χρήστος Γαρέφης ζει στη Θεσσαλονίκη και μαθαίνει μικρούς και μεγάλους κολύμπι στην πισίνα που έχει στο Πανόραμα.

Με συμμετοχή στους Ολυμπιακούς Αγώνες το 2004 στην Ιστιοπλοΐα και πολλές διακρίσεις στην Κολύμβηση (πανελλήνια πρωταθλήματα με τον ΠΑΟΚ ως προπονητής) και στο Τρίαθλο, αλλά και στο Τένις.

Το περασμένο Σάββατο στη Θεσσαλονίκη έτρεξε στα Street Relays και έδειξε ότι είναι σε άριστη κατάσταση.



Lidl: Ψώνια μέχρι το 2030

Δωρεάν ψώνια στα Lidl για 15 χρόνια Πρόλαβε, περισσότερα εδώ



ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΝΕΑ

22 ΣΕΠ 10:30

ΠΟΛΙΤΙΚΗ
Η ΡΟΔΟΠΗ ΕΞΕΛΕΞΕ ΜΟΝΟ ΜΟΥΣΟΥΛΜΑΝΟΥΣ ΒΟΥΛΕΥΤΕΣ – ΓΙΑ ΠΡΩΤΗ ΦΟΡΑ ΧΩΡΙΣ ΧΡΙΣΤΙΑΝΟΥΣ ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΥΣ

22 ΣΕΠ 10:25

ΠΟΛΙΤΙΚΗ
Ο ΛΕΒΕΝΤΗΣ ΘΑ ΑΛΛΑΖΕΙ ΒΟΥΛΕΥΤΕΣ ΑΝΑ ΕΞΑΜΗΝΟ – ΠΟΙΟΥΣ ΟΡΟΥΣ ΕΠΙΒΑΛΛΕΙ

22 ΣΕΠ 10:20

ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ
ΠΡΩΙΝΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΑΠΟ ΤΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΜΟΥΣΤΑΚΑ ΚΑΙ ΟΠΟΙΟΣ... ΑΝΤΕΞΕΙ (VIDEO)

22 ΣΕΠ 10:15

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
ΤΩΡΑ: ΑΝΑΤΡΟΠΗ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟΥ ΣΤΟ ΠΑΝΟΡΑΜΑ, ΤΡΑΥΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΟΔΗΓΟΥ

ΠΟΛΙΤΙΚΗ

Για τον Χρήστο Γαρέφη δεν υπάρχει κάτι που δε μπορεί να γίνει. Στον αθλητισμό το έχει αποδείξει και στη ζωή το έχει μεταφέρει. Είναι πρεσβευτής της Ελλάδας που θέλουμε και της νοοτροπίας που πρέπει να διαδοθεί.

[Facebook](#)

[Twitter](#)

[Google+](#)

[Pinterest](#)

[LinkedIn](#)

« Προηγούμενο άρθρο

Επόμενο άρθρο »

"Με sms τελευταίας στιγμής προσπαθούν να υπαρπάξουν "ήρωες"

"Επιστροφή των αδειών οδήγησης, των πινακίδων και των αδειών κυκλοφορίας"

ΔΕΙΤΕ ΑΚΟΜΗ



ΤΟ ΠΑΝΟ ΓΙΑ ΤΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ ΑΝΑΨΕ ΤΗ ΦΩΤΙΑ ΣΤΟ ΚΑΡΑΙΣΚΑΚΗ! (PHOTO)



ΕΠΙΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ «ΜΑΛΑΞΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ» ΣΕ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΕΣ ΤΗΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ



ΧΩΡΙΣ ΝΕΡΟ ΠΕΡΙΟΧΕΣ ΣΤΟ ΩΡΑΙΟΚΑΣΤΡΟ ΛΟΓΩ ΚΛΟΠΗΣ!

22

ΣΕΠ 10:10

«ΚΛΕΙΔΙ» ΓΙΑ ΤΗ ΝΕΑ ΚΥΒΕΡΝΗΣΗ ΟΙ ΡΟΛΟΙ ΔΡΑΓΑΣΑΚΗ, ΤΣΑΚΑΛΩΤΟΥ, ΒΟΥΤΣΗ

22

ΣΕΠ 10:05

ΠΟΛΙΤΙΚΗ
ΞΕΚΙΝΟΥΝ ΟΙ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΕΣ ΕΚΛΟΓΗΣ ΝΕΟΥ ΠΡΟΕΔΡΟΥ ΣΤΗ ΝΔ

22

ΣΕΠ 10:00

ΚΟΥΣ-ΚΟΥΣ
ΕΛΛΗΝΙΔΑ ΘΑ ΕΚΑΝΕ ΣΕΞ ΜΕ ΤΗ ΦΑΙΗ ΣΚΟΡΔΑ

22

ΣΕΠ 09:55

ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟ
ΣΚΑΝΔΑΛΟ ΜΕ ΤΗ VOLKSWAGEN ΜΕ ΨΕΥΤΙΚΕΣ ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ ΡΥΠΩΝ -ΠΟΙΑ ΙΧ ΕΛΕΓΧΟΝΤΑΙ

22

ΣΕΠ 09:50

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ
Η APPLE ΕΤΟΙΜΑΖΕΙ ΤΟ ΔΙΚΟ ΤΗΣ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟ ΕΩΣ ΤΟ 2019

22

ΣΕΠ 09:40

ΚΟΙΝΩΝΙΑ
ΓΚΡΑΦΙΤΙ ΣΤΗ ΜΝΗΜΗ ΤΟΥ ΑΔΙΚΟΧΑΜΕΝΟΥ ΒΑΓΓΕΛΗ ΓΙΑΚΟΥΜΑΚΗ

22

ΣΕΠ 09:30

ΚΟΙΝΩΝΙΑ
ΤΡΟΜΟΣ ΣΤΟΝ ΕΒΡΟ ΑΠΟ ΒΙΑΙΕΣ ΕΠΙΘΕΣΕΙΣ ΛΥΚΩΝ!

22

ΣΕΠ 09:25

ΚΟΙΝΩΝΙΑ
ΣΥΜΒΑΙΝΕΙ ΤΩΡΑ: ΚΑΤΟΛΙΣΘΗΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΓΝΑΤΙΑ ΟΔΟ ΚΑΙ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ

22

ΣΕΠ 09:20

ΤΟΡ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ: 42 ΑΤΟΜΑ ΣΥΝΕΛΑΒΕ Η ΑΣΤΥΝΟΜΙΑ!

22

ΣΕΠ 09:10

ΔΙΕΘΝΗ
ΒΙΝΤΕΟ: ΕΧΑΣΕ ΤΗ ΣΤΑΣΗ ΤΗΣ ΚΑΙ ΠΗΔΗΞΕ ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΡΑΘΥΡΟ ΤΟΥ ΛΕΩΦΟΡΕΙΟΥ ΕΝ ΚΙΝΗΣΕΙ

22

ΣΕΠ 09:00

ΑΘΛΗΤΙΚΑ
Ο ΜΟΡΙΑΚΟΣ ΒΙΟΛΟΓΟΣ ΑΠΟ ΤΟΝ ΤΡΙΛΟΦΟ ΠΟΥ ΘΥΣΙΑΣΕ ΤΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΚΑΙ ΤΟΝ ΣΥΝΑΝΘΡΩΠΟ

ΔΙΕΘΝΗ ΧΡΗΜΑΤΙΣΤΗΡΙΑ