

ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ  
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

ΑΡΓΥΡΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ

 6989919654 [argirouchristina1995@gmail.com](mailto:argirouchristina1995@gmail.com)

Φύλο Γυναίκα | Ημερομηνία γέννησης 3-1-1995 | Εθνικότητα Ελληνική

## ΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Προπονήτρια Αντισφαίρισης

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ  
ΕΜΠΕΙΡΙΑ

2017-έως σήμερα

Προπονήτρια αντισφαίρισης στον Γ.Ο.Π.Περιστερίου

2015-2017

Προπονήτρια αντισφαίρισης στον Όμιλο Αντισφαίρισης Πάρνηθας

2014-2015

Προπονήτρια αντισφαίρισης στον Όμιλο Μεταμόρφωσης

2014

Προπονήτρια αντισφαίρισης στο ξενοδοχείο Grecotel Olumpra Riviera Resort στη Κυλλήνη

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ &  
ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ

2013

Απόφοιτος Γενικού Λυκείου

2013-2017

Πτυχιούχος του τμήματος Επιστήμη Φυσικής Αγωγής &amp; Αθλητισμού στο Εθνικό &amp; Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο.

2016-2017

Ολοκλήρωση της Ειδικότητας Αντισφαίριση στο τμήμα Επιστήμη Φυσικής Αγωγής &amp; Αθλητισμού στο Εθνικό &amp; Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο.

2017

Αναρτημένη Ανακοίνωση στο 4<sup>ο</sup> Συνέδριο Αθλητικής Επιστήμης – Η Φυσική Αγωγή και ο Αθλητισμός στο Σύγχρονο Κόσμο : Παιδεία – Κοινωνία – Πολιτισμός  
Θέμα: Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΥΓΕΙΑ-ΕΥΕΞΙΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ

Αργυρού Χριστίνα, Σπίνος Στέλιος & Βενετσάνου Φωτεινή Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, ΕΚΠΑ

2018-2020

Κάτοχος Μεταπτυχιακού του Τμήματος Μεγιστοποίησης Αθλητικής Απόδοσης του Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου.

2020-2021

Δημοσίευση άρθρου με θέμα GYMNASTICS, GREEK TRADITIONAL DANCE, AND

TENNIS AS LEISURE-TIME PHYSICAL ACTIVITIES: WHICH ONE TRIGGERS THE MOST POSITIVE PSYCHOLOGICAL RESPONSES? στο Περιοδικό Science of Gymnastics.

2021  
Ψυχολογία.

Κάτοχος 7μηνου σεμιναρίου του Πανεπιστημίου Αιγαίου στην Σχολική

## ΑΤΟΜΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Μητρική γλώσσα **Ελληνική**

Λοιπές γλώσσες

	ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ		ΟΜΙΛΙΑ		ΓΡΑΦΗ
	Προφορική	Γραπτή (ανάγνωση)	Επικοινωνία	Προφορική έκφραση	
Αγγλικά	C2	C2	C2	C2	C2
Γαλλικά	B1	B1	B1	B1	B1

Επίπεδα: A1/A2: Βασικός χρήστης - B1/B2: Ανεξάρτητος χρήστης - C1/C2: Έμπειρος χρήστης  
Κοινό Ευρωπαϊκό Πλαίσιο Αναφοράς για Γλώσσες

## Επικοινωνιακές δεξιότητες

- Πολύ καλές κοινωνικές δεξιότητες
- Συνεργάσιμη
- Ευγενική

Δίπλωμα Οδήγησης **Δίπλωμα Οδήγησης Β'**

## Σεμινάρια

- Παρακολούθηση Camp-Workshop παικτών κόκκινου και πορτοκαλί επιπέδου της In Out Court

## Αθλητικές Διακρίσεις

- Καλύτερη κατάταξη juniors νο6 Ελλάδος
- 3<sup>ες</sup> θέσεις σε Πανελλαδικά Πρωταθλήματα και Masters
- 3<sup>η</sup> θέση στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Διπλών 2012 και 2013
- 1<sup>ες</sup> θέσεις σε Ενωσιακά πρωταθλήματα
- Διατήρηση της Ομάδας Α.Ο.Α. Χαϊδαρίου στο διασυλλογικό Πρωτάθλημα Γυναικών στην Α΄ Εθνική το 2012 και 2013
- Συμμετοχή σε κυρίως ταμπλό πανευρωπαϊκών τουρνουά ETA
- Συμμετοχή σε Διεθνή Πρωταθλήματα Future