

Irrache Quintanal

Tarragona, 18.09.1978 - 1,74m/82kg

Entrenador: Luis Lizaso

Internacional: 32 (1999-2010)

Historial Español

Ex-plusmarquista de España Absoluta de peso al aire libre (18,20 en 2007)

Ex-plusmarquista de España Promesa de disco (54.67 en 1999)

Campeona de España Absoluta de peso al aire libre (2002-2003-2004-2007)

Campeona de España Absoluta de peso en pista cubierta (2003-2007-2008)

Campeona de España Absoluta de disco (2004-2006-2007-2009-2010)

Campeona de España de disco (lanzamientos largos) (2011)

Campeona de España Promesa de peso en peso en pista cubierta (1998-1999)

Campeona de España Promesa de peso en peso y disco al aire libre (1998-1999-2000)

Campeona de España Júnior en peso al aire libre (1996-1997)

Campeona de España Júnior de peso en pista cubierta (1996-1997)

Campeona de España Júnior de disco (1995-1996-1997)

Campeona de España Universitario de peso (2003) y disco (1999-2003)

Récords de España Absolutos

(AL): Peso: 18,20 (2007)

Historial Internacional

JJO	2004 - Atenas	Peso (15QB/15.99)
	2008 - Pekín	Peso (nulos/QA)
CM	2007 - Osaka	Peso (11QB/16.53)
CE	2010 - Barcelona	Peso (9QA/16.01); Disco (11QA/50.81)
CpE	2002 - Sevilla	1ªD - Peso (4ª/16.03)
	2004 - Bydgoszcz	Spl - Disco (8ª/53.12)
	2006 - Málaga	Spl - Disco (8ª/52.68)
	2007 - Munich	Spl - Peso (6ª/16.27); Disco (7ª/53.10)
	2008 - Leiria	1ª D - Peso (2ª/16.78); Disco (4ª/54.01)
CEsel	2009 - Leiria	ETC- Peso (10ª/15.71); Disco (10ª/47.53)
	2010 - Bergen	ETC - Disco (10ª/50.53)
CpM	2002 - Madrid	Peso (9ª/15.79)
IberA	2004 - Huelva	Peso (6ª/16.45); Disco (5ª/54.92)
	2006 - Ponce	Peso (2ª/16.20); Disco (2ª/53.77)
	2010 - San Fernando	Disco (9ª/51.53)
CpE-lanz	2004 - Malta	Peso (7ª/15.48); Disco (4ª/54.11)
	2006 - Tel Aviv	Peso (8B/15.17); Disco (5B/51.17)
	2007 - Yalta	Peso (6B/15.92); Disco (7B/50.12)
CE23	1999 - Gotemburgo	Peso (8ª/14.92); Disco (13Q/51.06)
CE-j	1997 - Ljubljana	Peso (8/15.09); Disco (Calif./49.72)
Univ	2001 - Pekín	Peso (15ª/14.83); Disco (9Q/49.86)
CEpc	2007 - Birmingham	Peso (12Q/16.00)
CpEpc	2008 - Moscú	Peso (8ª/14.84)
...		
Otros	1999 - La Coruña	ESP-POR (lanzamientos) Peso (3ª/15.57); disco (3ª/52.50)
	2000 - Espinho	POR-ESP (pc): Peso (2ª/15.49)
	2000 - Valencia	ESP-ITA-POL (pc): Peso (6ª/16.76)
	2000 - Lisboa	ESP-POR (lanzamientos) Peso (3ª/15.34); disco (3ª/51.14)
	2001 - Espinho	POR-ESP (pc): Peso (3ª/16.22)
	2001 - Ourense	ESP-POR (lanzamientos) Peso (3ª/15.87)
	2002 - Almada	POR-ESP (lanzamientos) Peso (2ª/15.70)
	2003 - Espinho	POR-ESP (pc): Peso (1ª/16.75)



2003 - Ribeira ESP-POR (lanzamientos) Peso (31ª/16.48)
 2004 - Lisboa POR-ESP (lanzamientos) Peso (2ª/16.14); Disco (2ª/55.30)
 2005 - París Decanation: Disco (6ª/48.88)
 2007 - París Decanation: Peso (5ª/16.11)

Progresión			Puesto	Puesto	Puesto	Puesto	Puesto
Año/Edad	Club	Peso	Rank. ESP	Rk M-E	Disco	Rank. ESP	Rk M-E
1993 (15)	C.N.Reus Ploms	-			36.48	(46 / 16jr)	
1994 (16)	C.N.Reus Ploms	10.70	(81 / 29jr)		40.98	(23 / 7jr)	
1995 (17)	C.N.Reus Ploms	12.70	(18 / 2jr)		45.72	(8 / 1jr)	
1996 (18)	C.N.Reus Ploms	14.58	(5 / 1jr)		47.56	(7 / 1jr)	
1997 (19)	C.N.Reus Ploms	15.09/15.19pc	(4 / 1jr)		51.00	(5 / 1jr)	
1998 (20)	Transports T2 L'H CNB	15.98	(3)		53.53	(4)	
1999 (21)	F.C. Barcelona	16.21/16.32pc	(2)		54.67	(3)	
2000 (22)	F.C. Barcelona	16.25/16.76pc	(2)	(83M-43E)	53.15	(3)	
2001 (23)	F.C. Barcelona	16.71	(2)	(90M-45E)	56.39	(3)	(82M-46E)
2002 (24)	F.C. Barcelona	16.60	(2)	(91M-54E)	53.28	(3)	
2003 (25)	F.C. Barcelona	16.91	(2)	(78M-39E)	54.48	(2)	
2004 (26)	F.C. Barcelona	17.20	(1)	(65M-32E)	59.16	(1)	(59M-33E)
2005 (27)	F.C. Barcelona	15.84/16.02pc	(3)		53.92	(2)	
2006 (28)	F.C. Barcelona	17.16	(1)	(61M-31E)	55.36	(2)	
2007 (29)	F.C. Barcelona	18.20	(1)	(26M-14E)	56.51	(1)	(75M-43E)
2008 (30)	F.C. Barcelona	16.78	(1)	(86M-40E)	54.67	(1)	
2009 (31)	F.C. Barcelona	16.68	(1)	(81M-35E)	54.82	1)	
2010 (32)	F.C. Barcelona	16.71	(2)	(86M-38E)	55.55	(1)	
2011 (33)	Valencia Terra i Mar	16.71	(2)	71 (89M-39E)	53.44	(2)	
2012 (34)	Valencia Terra i Mar	16.16	(2)		53.97	(2)	
2013 (35)	Valencia Terra i Mar	15.50	(3)		52.56	(2)	
2014 (36)	Valencia Terra i Mar	15.21	(3)		51.23	(4)	
2015 (37)	Valencia Terra i Mar	14.46	(5)		51.23	(8)	
2016 (38)	Valencia Club Atletismo	13.74	(6)		51.72	(5)	
2017 (39)	Valencia Esports	13.88	(10)		49.95	(6)	

Otras marcas: Altura: 1.57 (1995); Martillo: 40.28 (2000); Jabalina: 24.13 (2010)
 Lista All.time de disco (59.16 en 2004 - 3ª)



Peso - Sus marcas por encima de 16.00 metros

18.20	1	Crit.Camp	Barcelona	04.07.2007
17.30	1	Ccat	Barcelona	02.06.2007
17.25	2	GPAnd	Herrera	19.05.2007
17.20	1	CE	Almería	01.08.2004
17.16	1	Crit.Camp	Barcelona	21.06.2006
17.14	1	GobAra	Zaragoza	28.07.2007
17.07	1	TF-1	Córdoba	16.06.2007
17.05	1	Crit.Camp	Barcelona	11.07.2004
16.91	1	CE	Jerez de la Frontera	03.08.2003
16.78	2	CpE-1D	Leiria, POR	22.06.2008
16.77 i	1	CE	Valencia	02.03.2003
16.75 i	1	vPOR	Espinho, POR	08.03.2003
16.71	1		Barcelona	23.06.2001
16.71	1	Crit.Camp	Barcelona	30.06.2010
16.71	2	CE	Málaga	07.08.2011
16.70	5	CtBar	Barcelona	22.07.2011
16.69 i	2	CE	San Sebastián	25.02.2006
16.69	1	Crit.Camp	Barcelona	09.06.2010
16.68	1	TF-1	Ciudad Real	13.06.2009
16.65	1		Sabadell	16.07.2004
16.64 i	2	CE	Valencia	21.02.2004
16.61 i	2	IntVal	Valencia	11.02.2006
16.60	1		Texas, USA	04.05.2002
16.59	1	CE-CL	Igualada	17.05.2003
16.59 i	1	CE	Sevilla	17.02.2007
16.56	1	Crit.Camp	Barcelona	06.07.2011
16.55	1	TF-1	Arona	26.07.2003
16.54	1	CE-CL	Barcelona	28.04.2001
16.54	1		Barcelona	12.07.2009
16.54	1	Crit.Camp	Barcelona	22.06.2011
16.53	1		Walnut USA	21.04.2002
16.53	11QB	WC	Osaka, JPN	26.08.2007
16.53	1	CdSal	Salamanca	15.06.2008
16.51	2	CE-CL	Valencia	12.06.2004
16.50 i	1	CdVal	Valencia	09.02.2008
16.49	1	CE-CL	Valencia	16.06.2001
16.48	1	vPOR	Ribeira	10.06.2003
16.46	1	CE-u	Madrid	10.05.2003
16.46	1		Narón	14.06.2003
16.44	1	CE	San Sebastián	05.08.2007
16.45	6		Huelva	08.08.2004
16.42	1	Crit.Inv	Los Realejos	24.02.2007
16.41	4	Dip	Salamanca	15.07.2003
16.38	1		Arlington, USA	30.03.2002
16.37	1	CCat	Barcelona	01.06.2008
16.36	2		Iowa, USA	27.04.2002
16.36	2	Crit-Lanz.Inv	Huesca	28.02.2004
16.36	1	CE	Valencia	24.02.2008
16.35	1		Vic	19.07.2003
16.34	7	GobAra	Zaragoza	18.07.2009
16.32 i	1		Vilafranca del Penedés	07.02.1999
16.32	2	CE	Valencia	22.07.2001
16.30	1	CE-CL	L'Hospitalet de Llobregat	08.05.2004
16.29	1	CE-CL	Barcelona	31.05.2003
16.29	1	CdMat	Mataró	06.07.2010
16.28	2	Crit.Inv	Los Realejos	04.03.2006
16.27	6	CpE-Spl	Munich, GER	24.06.2007
16.25	1	CE-CL	L'Hospitalet de Llobregat	01.07.2000



16.24	1	CdMat	Mataró	21.07.2004
16.24	1	CCat	Barcelona	10.06.2006
16.22 i	3	vPOR	Espinho, POR	17.02.2001
16.21	1	CE-p	Torremolinos	11.07.1999
16.21	2	Crit.Lanz.Inv	Jaén	23.02.2003
16.20	2	IberA	Ponce, PUR	26.05.2006
16.20	1	Cp-clubes	Pamplona	30.07.2011
16.19	2	4N-p	Getafe	09.09.2000
16.19	1		Barcelona	18.06.2003
16.19	2		Barcelona	11.07.2003
16.19 i	3	CdVal	Valencia	10.02.2007
16.17	1		Barcelona	11.02.2001
16.17	2		Sant Celoni	31.07.2001
16.17	1		Barcelona	03.07.2002
16.16	1		Valencia	15.06.2002
16.16	2	CE-Fed	Barcelona	16.06.2012
16.15	1	CE-p	Puertollano	06.08.2000
16.15 i	1	Cp-clubes	Valencia	27.01.2001
16.15	2	Crit.Lanz.Inv	Las Palmas de Gran Canaria	03.03.2001
16.15	1	CE-CL	Castellar del Vallés	02.06.2001
16.15 i	2	Cp-clubes	Valencia	28.01.2006
16.15	2	CE	Avilés	18.07.2010
16.14	2		Lisboa, POR	07.07.2004
16.12 i	1		Vilafranca del Penedés	28.01.2001

16.12	1	CE-CL	L'Hospitalet de Llobregat	22.05.2004
16.11	5	DecaN	París, FRA	08.09.2007
16.10 i	2		Valencia	24.01.2004
16.09	1	CtBar	Barcelona	25.07.2001
16.07	1		Barcelona	20.06.2001
16.07	2	TF-1	Valladolid	26.06.2004
16.07	3	CE-CL	Valencia	17.06.2006
16.06 i	1		Vilafranca del Penedés	20.02.2000
16.06	1		San Cugat del Vallés	07.03.2004
16.05	2	CE-u	Salamanca	04.05.2001
16.05	2	ECCC	Vila Real de Santo Antonio, POR	29.05.2011
16.03	4	CpE-1D	Sevilla	23.06.2002
16.02 i	1fc		Vilafranca del Penedés	18.01.2004
16.02	2	CE	Madrid	19.02.2005
16.02	1		Vilafranca del Penedés	20.01.2008
16.01	4		Texas, USA	06.04.2002
16.01	1	CE-CL	Valencia	03.05.2003
16.01	9QA	EC	Barcelona	27.07.2010
16.00 i	3	CE	San Sebastián	13.02.2000
16.00	12Q	EC	Birmingham, GBR	03.03.2007

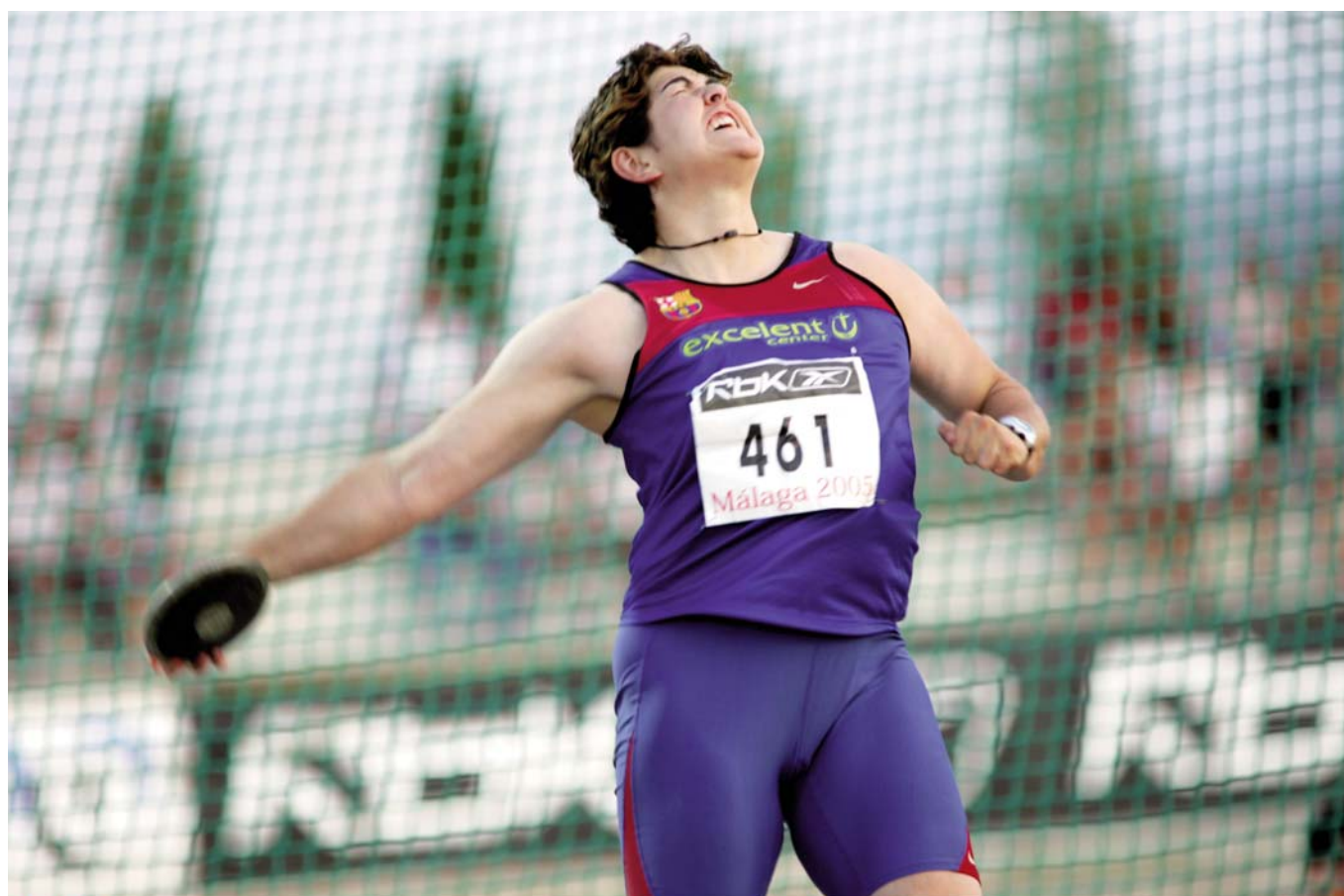
Disco - Marcas por encima de 50.00m

59.16	1	Cp-clubes	Castellón	24.07.2004
56.51	1	CCat-clubes	Barcelona	14.07.2007
56.39	1	CE-CL	Barcelona	28.04.2001
55.78	2	TF-1	Málaga	28.07.2001
55.73	1		Gerona	07.07.2001
55.55	1	CdMat	Mataró	07.07.2010
55.36	1	CE	Zaragoza	22.07.2006
55.30	2	vPOR Lanz	Lisboa, POR	07.07.2004
55.05	1		Valencia	12.06.2004
55.05	2		Almería	31.07.2004
54.92	2	CE	Valencia	21.07.2001
54.92	5	IberA	Huelva	07.08.2004
54.86	1	CE-CL	Valencia	17.06.2006
54.82	1		Mataró	03.05.2009
54.73	1	Cp-clubes	Mataró	04.08.2009
54.70	1	Cp-clubes	Castellón	11.08.2007
54.67	1	CE-CL	Barcelona	19.06.1999
54.67	4	MetIberA	Huelva	13.06.2008
54.54	1	CE	Barcelona	01.08.2009
54.52	1	CE	Avilés	17.07.2010
54.48	2	CE	Jerez de la Frontera	03.08.2003
54.31	1		Barcelona	13.07.2003
54.30	1		Barcelona	25.06.2003
54.29	1	CE-CL	L'Hospitalet de Llobregat	08.05.2004
54.11	4	CpE-lanz	Malta, MLT	13.03.2004
54.09	1	CE	San Sebastián	04.08.2017
54.06	1		Barcelona	09.06.2004
54.05	1	Ccat	Barcelona	01.06.2008
54.01	1		Barcelona	11.03.2001
54.01	4	CpE-Spl	Leiria, POR	21.06.2008
53.99	4		Orense	13.06.2001
53.97	1	Crit.Camp	Barcelona	30.05.2012
53.92	2	Cp-clubes	Benidorm	25.06.2005
53.80	1		Barcelona	15.07.2001
53.77	2		Sant Celoni	31.07.2001
53.77	2	IberA	Ponce, PUR	28.05.2006
53.75	1	CCat	Barcelona	02.06.2007



53.53	1		Barcelona	20.06.1998
53.44	1	CdMataró	Mataró	05.06.2011
53.41	1		Sabadell	16.07.2004
53.41	1	CdMat	Mataró	15.07.2009
53.40	1		Andorra la Vella, AND	05.07.2003
53.40	1	Crit-Lanz.Inv	Huesca	28.02.2004
53.39	1	Crit.Camp	Barcelona	15.06.2011
53.38	1		Barcelona-O	25.07.2001
53.30	2	CE-CL	Barcelona-SE	22.05.1999
53.28	2	CE	Salamanca	21.07.2002
53.25	1	Crit.Camp	Barcelona	01.06.2011
53.15	2	GP Hosp	L'Hospitalet de Llobregat	27.08.2000
53.13	1	Crit.Camp	Barcelona	29.06.2011
53.12	8	CpE-Spl	Bydgoszcz, POL	19.06.2004
53.10	8	CpE-Spl	Munich, GER	23.06.2007
53.10	7		Barcelona	22.07.2007
52.97	1		Sant Cugat del Vallés	07.03.2004
52.95	1		Barcelona	12.07.2009
52.84	3	CE	Barcelona	03.09.2000
52.80	1	CE-CL	Durango	08.05.2004
52.77	1		Houston, USA	18.05.2002
52.68	1		Barcelona	16.06.2000
52.68	8	CpE-Spl	Málaga	28.06.2006
52.56	1	CE-CL	Valladolid	18.05.2013
52.50	3	vPOR	La Coruña	06.06.1999
52.48	1	Crit.Camp	Barcelona	15.06.2005
52.36	1		Barcelona	12.08.2000
52.35	2	CE	Málaga	06.08.2011
52.32	1	CE-CL	Narón	14.06.2003
52.26	2	vGBR/FRA-p	Hexham, GBR	18.07.1999
52.20	1		Barcelona	08.06.2008

52.16	5	ECCC	Vila Real de Santo Antonio, POR	26.05.2017	51.31	1		Madrid	14.02.2004
52.14	5	MeetIberA	Huelva	26.05.2012	51.29	1	CE-CL	Pamplona	20.05.2006
52.10	8	MetMad	Madrid	02.07.2010	51.28	4		Almada, POR	12.06.2002
52.07	2		Ávila	04.07.1999	51.28	1		Barcelona	19.06.2002
51.98	1	CE-CL	L'Hospitalet de Llobregat	22.05.2004	51.24	2	CE-CL	Zaragoza	08.06.2013
51.94	1	CE-lanz-Inv	Toledo	12.03.2011	51.23	2	CE	Alcobendas	27.07.2014
51.88	2	CE	Sevilla	25.07.1999	51.23	1	CE-CL	Valencia	23.05.2015
51.82	1	Crit.Camp	Barcelona	01.07.2009	51.17	5G2	ECp-clubes	Tel Aviv, ISR	19.03.2006
51.79	2	CE-CL	Valencia	15.06.2002	51.14	3	vPOR	Lisboa, POR	28.06.2000
51.75	1		Barcelona	19.07.1998	51.14	1	Crit.Camp	Barcelona	13.06.2012
51.72	1	Crit.Inv	Los Realejos	24.02.2007	51.13	2	IsIT	La Laguna	14.07.2001
51.72	1	CE-CL	Andújar	30.04.2016	51.12	1	CE-CL	Ferrol	03.06.2000
51.71	2		Texas, USA	16.03.2002	51.10	1	CE-CL	Valladolid	08.05.1999
51.70	1		Barcelona	27.06.1999	51.10	1		Mataró	20.05.2007
51.68	1		Iowa, USA	26.04.2002	51.07	12		Baton Rouge, USA	31.05.2002
51.62	2	CE-CL	Castellón	02.06.2012	51.06	13QA	EC-23	Gotemburgo, SWE	28.07.1999
51.61	1	TF-1	Zaragoza	25.06.2011	51.04	1	CCat	Barcelona	08.07.2006
51.57	1	CE-CL	Barcelona	16.05.1999	51.00	2		Barcelona	30.07.1997
51.55	1	CE-CL	Castellón	24.06.2000	51.00	4		Dakar, SEN	12.06.2013
51.53	2		Barcelona-SE	08.07.1998	50.98	1	CE-CL	Valencia	17.05.2014
51.53	9	IberA	San Fernando	06.06.2010	50.96	1	CE-CL	Castellón	11.06.2005
51.46	1		Barcelona	24.07.2011	50.95	1		Barcelona	26.06.2001
51.42	1	CE-CL	L'Hospitalet de Llobregat	30.04.2005	50.92	1		Arlington, USA	30.03.2002
51.40	1	CE-u	Valencia	29.04.1999	50.89	1	CE-CL	Valladolid	21.05.2016
51.39	2	IsIT	La Laguna	15.07.2000	50.81	11QA	EC	Barcelona	27.07.2010
51.38	1	CE-CL	Barcelona	31.05.2003	50.80	1	CE-CL	Pamplona	21.05.2011
51.35	2	Crit.Lanz-Inv	Castellón	04.03.2000	50.78	1		Texas, USA	04.05.2002
51.35	1	CCat	Manresa	18.06.2005	50.73	3	CE	Málaga	23.07.2005
51.34	3		Texas, USA	05.04.2002	50.71	1		Barcelona	23.06.2001
51.32	1	Crit.Camp	Barcelona	16.06.2010	50.62	1	CE-CL	Valencia	03.05.2003



50.57	1		Waco, USA	23.03.2002
50.56	1		Barcelona	31.05.1998
50.53	10	CESel	Bergen, NOR	19.06.2010
50.52	2	CE-u	Valencia	29.04.1999
50.39	5	ECCC	Vila Real de Santo Antonio, POR	29.05.2010
50.36	4		Pamplona	04.08.1998
50.33	1		L'Hospitalet de Llobregat	16.05.1998
50.33	2	TF-1	Soria	29.07.2000
50.31	2	CE-CL	L'Hospitalet de Llobregat	01.07.2000
50.30	1	CE-CL	Igualada	17.05.2003
50.29	2	Crit.Lanz-Inv	Jaén	23.02.2003
50.22	1	CE-u	Madrid	11.05.2003
50.16	1G1	CCat	Mataró	02.07.2013
50.12	7G2	CpE-lanz	Yalta, UKR	18.03.2007
50.09	1		Walnut, USA	24.04.2002
50.08	3	Ecp-clubes	Mersin, TUR	30.05.2015
50.04	2	4N-p	Getafe	09.09.2000
50.00	2		Barcelona	15.03.1998



Sus récords de España Absolutos

AIRE LIBRE

18.20 **Irache Quintanal** **F.C.Barcelona** **Cataluña** **Barcelona** **04-07-2007**
 Criterium Josep Campmany (4ª jornada). Estadio Joan Serrahima. La prueba empezó a las 19h00m, el lanzamiento del record fue a las 19h22m. 1. Quintanal 18.20 (x – 16.34 – 16.76 – 16.41 – x – 18.20), 2. Fatima Jammeh 10.72, 3. Sabrina Ruiz 7.16.

