

Eneko Carrascal

Arrasate/Mondragón (Guipúzcoa),
03.11.1999 -
1.81m / 72kg
Entrenador: Asier San Sebastián
Club 2026: Real Sociedad
Internacional: -



Historial Español
Campeón de España Absoluto de Triple al aire libre (2026)
Campeón de España Absoluto de Triple short track (2026)
Campeón de España Sub23 de Longitud al aire libre (2020)
Campeón de España Sub23 de Triple al aire libre (2021)
Campeón de España Sub23 de Longitud en pista cubierta (2019)
Campeón de España Sub23 de Triple en pista cubierta (2021)
Campeón de España Sub20 de Triple al aire libre (2017)
Campeón de España Sub18 de Longitud al aire libre (2016)
Campeón de España Sub18 de Triple al aire libre (2016)
Campeón de España Sub18 de Longitud en pista cubierta (2016)
Campeón de España Sub18 de Triple en pista cubierta (2016)

Records de España y Mejores Marcas

Historial Internacional

CE-s23	2021 - Tallinn	Longitud (14ºQ/7.35); Triple (9º/15.61)
CE-s20	2017 - Grosseto	Triple (7º/15.80)
CE-s18	2016 - Tbilisi	Longitud (9º/7.00); Triple (13ºQ/14.29)
FOJE	2015 - Tbilisi	Triple (4º/14.46)

Progresión			Puesto		Puesto
Año (Edad)	Club	Triple AL	Rk ESP	Triple ST	Rk ESP
2017 (18)	Arrasate Atletico	15.80	(10/1s20)	15.11	(10/1s20)
2018 (19)	Arrasate Atletico	15.22	(16/6s20)	14.94	(20/4s20)
2019 (20)	Real Sociedad	15.82	(8/4s23)	15.74	(5/2s23)
2020 (21)	Real Sociedad	15.90	(4/2s23)	15.81	(7/3s23)
2021 (22)	Real Sociedad	16.02	(5/1s23)	16.14	(2/1s23)
2022 (23)	Real Sociedad	15.27	(10)	15.27	(6)
2023 (24)	Real Sociedad	14.69	(31)	15.29	(11)
2024 (25)	Real Sociedad	16.14	(3)	15.97	(3)
2025 (26)	Real Sociedad	16.16	(5)	**16.20**	(2)
2026 (27)	Real Sociedad	**16.28**/16.50v	(1)	**16.20**	(3)

Marcas personales

60m: 6.97st (2026); 100m: 11.22 (2018); 200m: 22.87al (2019), 23.05st (2018); Longitud: 7.73al (2021), 7.37st (2018); Triple: 16.28/16.50v (2026), 16.20st (2025-2026).

Su temporada 2026

60m

6.97		3	San Sebastián	17.01.2026
7.02		5	San Sebastián	17.01.2026

Longitud

7.29		1	San Sebastián (i)	10.01.2026

7.08		4	Pamplona	25.04.2026
7.01	0,0	1	Getxo	02.05.2026

Triple

16.20		2	Valencia (i)	28.02.2026
16.10		2	Valencia (i)	31.01.2026
15.96		4	Sabadell (i)	23.01.2026
15.85		2	Valencia (i)	14.02.2026

16.28	1,0	1	Logroño	27.06.2026
16.12	-2,2	1	Pamplona	14.06.2026
16.12	1,8	-	Málaga	25.07.2026
15.82	0,0	3	Sankt-Pölten (AUT)	04.06.2026
15.81	1,3	6	Madrid	16.07.2026
15.78	0,4	2	Castellón	01.07.2026
15.51	0,3	1	Salamanca	16.05.2026
14.95		1	Pamplona	25.04.2026
Con viento a favor				
16.50	3,1	1	Málaga	25.07.2026

Sus mejores marcas de siempre en Triple

16.28	1,0	1	Logroño	27.06.2026
16.20		3	Madrid (i)	23.02.2025
16.20		2	Valencia (i)	28.02.2026
16.16	1,9	4	Tarragona	03.08.2025
16.15		3	Valencia (i)	07.02.2025
16.14		2	Madrid	21.02.2021
16.14	1,2	1	Bilbao	18.06.2024
16.12	-2,2	1	Pamplona	14.06.2026
16.12	1,8	-	Málaga	25.07.2026
16.10		2	Valencia (i)	31.01.2026
Con viento a favor				
16.50	3,1	1	Málaga	25.07.2026

Actualizada a 05.10.2026