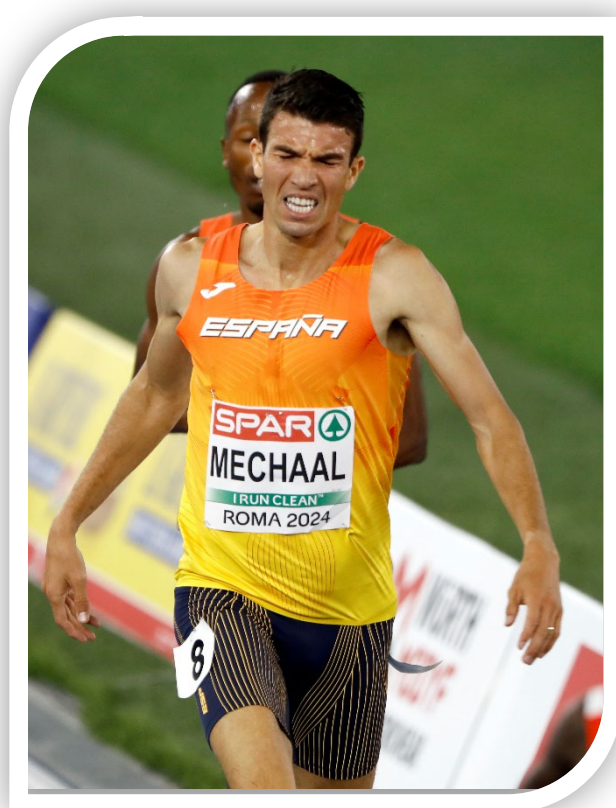




Adel Mechaal

El Jebha (Marruecos), 05.12.1990 -
1,84m / 67kg
Entrenador: Antonio Serrano
Club 2024: Asics Running
Internacional: 36
(2013-2024)
Nacionalidad española desde 2013



Historial Español

Plusmarquista de España Absoluto de 1.500m en pista cubierta/short track (3:33:28 en 2023)
Campeón de España Absoluto de 1.500m al aire libre (2015-2017-2021-2023-2024)
Campeón de España Absoluto de 5.000m al aire libre (2015-2017)
Campeón de España Absoluto de 1.500m en pista cubierta/short track (2015-2018-2022-2024)
Campeón de España Absoluto de 3.000m en pista cubierta/short track (2015-2017-2018-2020-2021-2022-2023-2024)
Campeón de España Absoluto de Campo a Través (2017-2022-2023)

Records de España y Mejores Marcas

Absoluto PC. 1.500m: 3:33.28 (2023); 3.000m: 7:30.82 (2022)

Historial Internacional

JJOO	2016 - Río de Janeiro	1.500m (9ºe2/3:48.61); 5.000m (17ºe2/13:34.42)
	2021 - Tokio	1.500m (5º/3:30.77); 5.000m (no participó en serie 2)
	2024 - París	1.500m (12ºRP2/3:42.79)
CM	2015 - Pekín	1.500m (13ºe1/3:46.05)
	2017 - Londres	1.500m (4º/3:34.71)
	2019 - Doha	1.500m (8ºe1/3:37.95)
	2022 - Eugene	1.500m (11ºe1/13:36.48)
	2023 - Budapest	1.500m (9ºs1/3:33.33)
CE	2014 - Zúrich	1.500m (13ºe1/3:47.60)
	2016 - Ámsterdam	5.000m (2º/13:40.85)
	2018 - Berlín	5.000m (abandono); 10.000m (4º/28:13.78)
	2022 - Múnich	5.000m (14º/13:35.92)
	2024 - Roma	1.500m (5º/3:33.58); 5.000m (4º/13:22.77)
CE-Sel	2013 - Gateshead	1.500m (5º/3:40.58)
	2015 - Cheboksary	1.500m (6º/3:52.69)
	2019 - Bydgoszcz	3.000m (1º/8:02.51)
	2021 - Chorzów	3.000m (3º/8:32.08)
World Relays	2014 - Nassau	4x1500m (5º/15:00.69)
	2018 - Londres	10.000m (4º/27:50.56)

CM-MedMar 2020 - Gdynia Medio Maratón (46º/1:02:30)
 CM-pc 2014 - Sopot 1.500m (7ºe3/3:41.27)
 2018 - Birmingham 3.000m (5º/8:16.13)
 2022 - Belgrado 3.000m (7º/7:43.60)
 2024 - Glasgow 1.500m (6º/3:37.76); 3.000m (5º/7:45.67)
 CE-pc 2015 - Praga 3.000m (6º/7:49.59)
 2017 - Belgrado 3.000m (1º/8:00.60)
 2021 - Torun 3.000m (3º/7:49.47)
 2023 - Estambul 3.000m (2º/7:41.75)
 CE-cross 2015: 3º/4ºeq; 2016: 8º/2ºeq; 2017: 2º/2ºeq; 2018: 8º4ºeq; 2021: 16º/2º; 2024: 10º/1eq
 CM-cross 2015: 68º/12ºeq; 2017: 43º/10ºeq
 Participó con Europa en The Match (2019 Minsk) en 3.000m (2º/7:57.55)

Progresión				Puesto	Puesto	Puesto		Pto
Año (Edad) Club		1500mAL RkESP	1500mST Rk ESP	3000mST Rk ESP	3.000m AL	5.000m Rk ESP		
2009 (19) A.A. Palamós	3:53.88	-	-	-	-	-	-	-
2010 (20) A.A. Palamós C.	3:50.16	-	3:56.24	-	-	-	-	-
2011 (21) A.A. Palamós	3:42.77	-	3:49.68	-	8:07.99	-	-	-
2012 (22) A.A. Palamós	-	-	3:48.76	-	8:03.38	-	-	14:21.96 -
2013 (23) A.A. Palamós	3:36.78	(3)	3:41.76	-	7:59.15	(8)	8:13.67	-
2014 (24) A.A. Palamós	3:39.60	(8)	3:39.36	(1)	7:52.29	(2)	-	-
2015 (25) A.A. Palamós	3:36.66	(2)	3:38.30	(1)	7:46.92	(1)	7:52.16	14:10.59 (15)
2016 (26) New Balance Team	3:35.24	(1)	-	-	-	-	7:39.51	13:15.40 (3)
2017 (27) New Balance Team	3:34.70	(1)	3:46.64	(22)	7:48.39	(1)	7:35.28	13:27.37 (2)
2018 (28) New Balance Team	3:38.24	(2)	3:43.10	(6)	7:40.14	(1)	8:08.82	13:29.94 (3)
2019 (29) New Balance Team	3:33.91	(1)	3:41.82	(3)	7:45.56	(1)	7:57.55	13:51.72 (14)
2020 (30) New Balance Team	-	-	-	-	7:45.08	(2)	-	-
2021 (31) New Balance Team	3:30.77	(2)	-	-	7:46.52	(3)	8:32.08	-
2022 (32) New Balance Team	3:35.93	(5)	3:35.30	(1)	7:30.82	(1)	7:47.25	13:06.02 (1)
2023 (33) New Balance Team	3:31.43	(3)	3:33.28	(1)	7:41.75	(3)	7:41.42	13:22.31 (6)
2024 (34) Asics Running	3:33.21	-	3:35.53	(1)	7:43.60	(1)	7:37.28	13:14.26

Marcas personales

400m: 50.83al (2011); 800m: 1:47.69al (2019); 1.500m: 3:30.77al (2021), 3:33.28stc (2023); Milla: 3:49.21al (2024); 2.000m: 5:04.91+ st (2022); 3.000m: 7:35.28al (2017), 7:30.82st (2022); 5.000m: 13:06.02 (2022); 10.000m: 27:50.56 (2018 1º Rk.ESP); 5km ruta: 13:34 (2024); 10km ruta: 27:46 (2024) 26:46desc. (2024); 10 millas: 45:39nv (2023); Medio Maratón: 1:02:30 (2020).

Su temporada 2024 al aire libre

1.500m

3:33.21	11	Oslo (NOR)	30.05.2024
3:33.58	5	Roma (ITA)	12.06.2024
3:34.22	5	Marrakech (MAR)	19.05.2024
3:35.1	+	Londres (GBR)	20.07.2024
3:35.12	9	Doha (QAT)	10.05.2024
3:35.49	1	La Nucía	30.06.2024
3:35.81	9e2	París (FRA)	02.08.2024
3:37.80	10	Turku (FIN)	18.06.2024
3:42.79	12RP2	París (FRA)	03.08.2024
3:44.19	4e1	Roma (ITA)	10.06.2024
3:44.40	1e3	La Nucía	29.06.2024

Socio Patrocinador RFEA:

joma

Patrocinador Principal RFEA:

Iberdrola

Patrocinadores Oficiales RFEA:

GO fit

LOTERÍAS

Halcón viajes

MONDO

Proveedores Oficiales RFEA:

enovis

REYESCO

conersys

LIN3S

quality

Instituciones:

COO **ESP** **ESP** **ESP**

Milla

3:49.21 3 Londres (GBR) 20.07.2024

Milla en Ruta

4:13 4 Berango 12.10.2024

4:22 5 Bilbao 13.01.2024

3.000m

7:37.28 8 Estocolmo (SWE) 02.06.2024

5.000m

13:14.26 1 Huelva 30.04.2024

13:22.77 4 Roma (ITA) 08.06.2024

13:24.52 2 La Nucía 28.06.2024

Abandono Nerja 22.05.2024

5km ruta

13:34 3 París 05.04.2024

10km ruta

27:46 4 Manchester 26.05.2024

27:55 1 San Sebastián 04.02.2024

28:31 1 Ibiza 30.03.2024

...

26:46 d 1 Madrid 24.11.2024

27:39 d 3 Madrid 31.12.2024

Sus mejores marcas de siempre en 1.500m al aire libre

3:30.77 5 Tokio (JPN) 07.08.2021

3:31.43 7 Londres (GBR) 23.07.2023

3:32.19 4s2 Tokio (JPN) 05.08.2021

3:33.21 11 Oslo (NOR) 30.05.2024

3:33.33 9s1 Budapest (HUN) 20.08.2023

3:33.44 1 Torrent 30.07.2023

3:33.58 5 Roma (ITA) 12.06.2024

3:33.91 8 Lausana (SUI) 05.07.2019

3:34.22 5 Marrakech (MAR) 19.05.2024

3:34.35 4e1 Budapest (HUN) 19.08.2023

Sus mejores marcas de siempre en 3.000m short track

7:30.82 1 Nueva York (USA) (i) 06.02.2022

7:35.26 3 Madrid (i) 02.03.2022

7:36.57 2 Karlsruhe (GER) (i) 28.01.2022

7:40.14 4 Karlsruhe (GER) (i) 03.02.2018

7:41.75 2 Estambul (TUR) (i) 05.03.2023

7:42.06 3 Düsseldorf (GER) (i) 06.02.2018

7:43.60 7 Belgrado (SRB) (i) 20.03.2022

7:43.60 1 Valencia (i) 07.02.2024

7:43.83 3e1 Birmingham (GBR) (i) 02.03.2018

7:44.15 1 Madrid (i) 18.02.2023

Sus mejores marcas de siempre en 1.500m short track

3:33.28 2 Birmingham (GBR) (i) 25.02.2023

3:34.82 3 Madrid (i) 22.02.2023

3:35.30 2 Birmingham (GBR) (i) 19.02.2022

3:35.53 4 Torun (POL) (i) 06.02.2024

3:36.55 3 Liévin (FRA) (i) 15.02.2023

3:36.89 1 Ourense (i) 27.02.2022

3:37.23 4 Liévin (FRA) (i) 10.02.2024

3:37.76 6 Glasgow (GBR) (i) 03.03.2024

3:38.30 1 Sabadell (i) 13.02.2015

3:38.85 5 Karlsruhe (GER) (i) 27.01.2023

Sus mejores marcas de siempre en 5.000m

13:06.02 7 Oslo (NOR) 16.06.2022

13:14.26 1 Huelva 30.04.2024

13:15.40 5 Huelva 03.06.2016

13:22.31 12 Oslo (NOR) 15.06.2023

13:22.77 4 Roma (ITA) 08.06.2024

13:24.52 2 La Nucía 28.06.2024

13:27.37 10 Berlín (GER) 27.08.2017

13:29.94 3 Dublín (IRL) 19.07.2018

13:34.42 17e2 Río de Janeiro (BRA) 17.08.2016

13:35.92 14 Múnich (GER) 16.08.2022

Actualizada a 31.12.2024

Socio Patrocinador RFEA:

Joma

Patrocinador Principal RFEA:

Iberdrola

Patrocinadores Oficiales RFEA:

GO fit
Life_Science_Tech

LOTERÍAS
Españolas

Halcón viajes

MONDO

Proveedores Oficiales RFEA:

enovis

REYESCO
Comunidad de Deportes

conersys
SPORTS & BUSINESS

LIN3S

quality

Instituciones:

COO

ESPAÑA

OLIMPIA

OLIMPIA

Socio Patrocinador RFEA:

joma

Patrocinador Principal RFEA:

Iberdrola

Patrocinadores Oficiales RFEA:

GO fit
Life_Science_Tech

LOTERÍAS
Españolas

Halcón viajes

MONDO

Proveedores Oficiales RFEA:

enovis

REYESCO
Comercial y Representación

conersys
SPORTS & WELLNESS

LIN3S

quality

Instituciones:

COO
OLÍMPICO

ESPAÑA
2019

ESPAÑA
2019

ESPAÑA
2019