

# IRON MAN

# 10

2022 No.388

メンズフィジーク  
戦国時代

直野賀優  
久野圭一  
長澤秀樹  
伊吹主税



[ワイド展望]

## トップビルダー6人の 強化ポイント2022

相澤隼人 / 木澤大祐 / 須山翔太郎 / 加藤直之 / 木村征一郎 / 嶋田慶太

[インタビュー]

日本クラス別選手権  
女子フィジーク158cm以下級優勝

大澤直子、復活



[大会レポート]

日本クラス別選手権  
日本クラシックボディビル選手権  
日本マスターズ選手権  
日本ジュニア選手権