

# AUFSTELLUNG VOR UND NACH TRAINING

Aussprache	Bedeutung
seerez	Aufstellung
seesa	aufrechtes Sitzen
moksoo	Meditation
moksoo yame	Ende der Meditation
shinsen ni rèi	Verbeugung vor Tempel/Zentrum
sensee ni rèi	Verbeugung vor Lehrer
tatee/kiriz	aufstehen