



## Serena **PENSIERI**

*L'improvvisazione è liberazione*

Improvvisatrice dal 2015, attrice sin da bambina.  
Esistono due tipi di me stessa, quella giù dal palco e quella sul palco, talmente diverse che quasi faccio fatica a riconoscerle anche io.

Faccio teatro perchè mi permette di essere tutto ciò che non sono senza paura.  
Faccio improvvisazione perchè mi fa sentire libera.

Quando improvviso ricerco le emozioni vere e il contatto emotivo, mi fido dei miei compagni e cerco di essere per loro un sostegno, così come loro lo sono per me.

Amo mescolare improvvisazione e musica, nella costante ricerca di qualcosa di mai visto prima.



# Serena **PENSIERI**

*L'improvvisazione è liberazione*

---

+ 39 340 3354 271

pensieri.serena@gmail.com

Via Andersen 6/C, Sant'Ilario d'Enza, RE

---

## Esperienze

---

**Socio fondatore**  
**Didinò Improvvisazione Teatrale**  
Spettacoli e studio dell'imprò  
2018 - a.c.

**Workshop Long Form**  
Studio della Long form e  
realizzazione spettacolo  
2017 - 2018

**Formazione Teatro di Prosa**  
Realizzazione di spettacoli  
teatrali e monologhi comici  
2004 - 2010

**BLUE Academy - I Bugiardini**  
80 ore di Formazione e messa in  
scena di BLUE - il Musical  
2022 - a.c.

**Workshop di Impro Musical**  
Realizzazione di un Musical  
completamente improvvisato  
2017-2017

**Cantante Band Acustica**  
Concerti dal vivo in  
formazione acustica  
2010 - 2016

**Improvvisazione Teatrale**  
Match di improvvisazione con  
Ass. Improgramelot  
2015 - 2020

**Corso Avanzato di Lindy Hop**  
Lezioni e partecipazione ad  
eventi come corpo di ballo  
2013-2015

**Formazione vocale e canto**  
Partecipazione a Musical,  
concerti e spettacoli teatrali  
1998 - 2010

## Workshop

---

**2017 - Lorenzo Scuda**  
**Individuale**  
Studio delle Improvvisazioni  
Cantate (12 ore)

**2020 - Francesco Lancia**  
**Individuale**  
Studio delle improvvisazioni mute e  
Silent Improv (12 ore)

**2020 - Antonio Vulpio**  
**Didinò Improvvisazione**  
Onestà e fiducia all'interno di un  
gruppo teatrale (12 ore)

**2023 - Tiziano Storti**  
**Didinò Improvvisazione**  
Strumenti dell'imprò e costruzione di  
Long Form narrative (25 ore)

**2018 - Antonio Vulpio**  
**Individuale**  
Studio della regia  
nell'improvvisazione (12 ore)

**2020 - Diego Ingold**  
**Individuale**  
Studio sulla fisicità, uso del corpo e  
creazione di scene corali (12 ore)

**2022 - Monica Gaga**  
**Individuale**  
Inclusività e superamento degli  
Stereotipi in scena (12 ore)

**2019 - Sean McCann**  
**Individuale**  
Studio del Musical  
Improvvisato (12 ore)

**2020 - Francesco Lancia**  
**Didinò Improvvisazione**  
Libertà scenica, spontaneità ed  
attenzione ai compagni (12 ore)

**2023 - Fabio Magnani**  
**Individuale**  
Fisicità e utilizzo dell'arte  
della clownerie in scena (12 ore)