



## CURRICULUM VITAE



### INFORMAZIONI PERSONALI

Nome **MARTINA PILENGA**

Indirizzo

Telefono

E-mail

Nazionalità

Data di nascita

### ESPERIENZA LAVORATIVA

- Date **DAL 2014 A ATTUALMENTE**
  - Lavoro o posizioni ricoperti **Attrice teatrale**
  - Nome e indirizzo del datore di lavoro **Compagnia Filodirame, teatro sociale Palazzolo sull'Oglio (BS)**
- Principali attività **Attrice**
- Date **DAL 09/2014 A ATTUALMENTE**
  - Lavoro o posizioni ricoperti **Insegnante di Athletic Dance**
  - Nome e indirizzo del datore di lavoro **Compagnia Filodirame, teatro sociale Palazzolo sull'Oglio (BS)**
- Principali attività **Insegnamento del gesto acrobatico all'interno di un contesto teatrale e coreutico**

**ESPERIENZE LAVORATIVE IN  
SCUOLE E ISTITUTI DI  
ISTRUZIONE**

- Date **DA GENNAIO 2019 A MARZO 2019**
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Athletic Dance
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola Primaria - Palazzolo sull'Oglio (BG)
- Principali attività Insegnamento del gesto acrobatico all'interno di un contesto teatrale e coreutico - totale ore 15
  
- Date **DA MARZO 2019 A MAGGIO 2019**
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Athletic Dance
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola dell'Infanzia di Romano di Lombardia (BG)
- Principali attività Insegnamento del gesto acrobatico all'interno di un contesto teatrale e coreutico - totale ore 30
  
- Date **DA GENNAIO 2019 A MAGGIO 2019**
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Teatro
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola dell'Infanzia di Adro (BS)
- Principali attività Giochi teatrali, utilizzo dello spazio scenico, della voce e del corpo per creare storie divertenti in relazione con il gruppo - totale ore 32
  
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Teatro
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola Primaria di Adro (BS)
- Principali attività Giochi teatrali, utilizzo dello spazio scenico, della voce e del corpo per creare storie divertenti in relazione con il gruppo - totale ore 16
  
- Date **DA MARZO 2019 A MAGGIO 2019**
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Teatro
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola dell'Infanzia di Martinengo (BG)
- Principali attività Giochi teatrali, utilizzo dello spazio scenico, della voce e del corpo per creare storie divertenti in relazione con il gruppo - totale ore 40
  
- Date **DA MARZO 2019 A MAGGIO 2019**
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Teatro
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola dell'Infanzia di Villongo (BG)
  
- Giochi teatrali, utilizzo dello spazio scenico, della voce e del corpo per creare

- Principali attività storie divertenti in relazione con il gruppo - totale ore 40
  
- Date **DA OTTOBRE 2018 A NOVEMBRE 2018**
  
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Teatro
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola dell'Infanzia di Urgnano (BG)
  
- Principali attività Giochi teatrali, utilizzo dello spazio scenico, della voce e del corpo per creare storie divertenti in relazione con il gruppo - totale ore 18
  
- Date **DA FEBBRAIO 2018 A MAGGIO 2018**
  
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Athletic Dance
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola Primaria Fara Olivana (BG)
  
- Principali attività Insegnamento del gesto acrobatico all'interno di un contesto teatrale e coreutico - totale ore 40
  
- Date **DA GENNAIO 2018 A FEBBRAIO 2018**
  
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Athletic Dance
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola Primaria Misano di Gera d'Adda (BG)
  
- Principali attività Insegnamento del gesto acrobatico all'interno di un contesto teatrale e coreutico - totale ore 12
  
- Date **DA GENNAIO 2018 A APRILE 2018**
  
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Athletic Dance
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola Primaria Tagliuno (BS)
  
- Principali attività Insegnamento del gesto acrobatico all'interno di un contesto teatrale e coreutico - totale ore 30
  
- Date **DA GENNAIO 2018 A APRILE 2018**
  
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Teatro
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola dell'Infanzia Cologno al Serio (BG)
  
- Principali attività Giochi teatrali, utilizzo dello spazio scenico, della voce e del corpo per creare storie divertenti in relazione con il gruppo - totale ore 30
  
- Date **DA GENNAIO 2018 A MAGGIO 2018**
  
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Teatro
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola Primaria di Adro (BS)
  
- Principali attività Giochi teatrali, utilizzo dello spazio scenico, della voce e del corpo per creare storie divertenti in relazione con il gruppo - totale ore 40

- Date **DA MARZO 2018 A MAGGIO 2018**
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Teatro
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola Infanzia statale di Adro (BS)
- Principali attività Giochi teatrali, utilizzo dello spazio scenico, della voce e del corpo per creare storie divertenti in relazione con il gruppo - totale ore 32
- Date **DA MARZO 2017 A GIUGNO 2017**
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Teatro
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola Primaria di Fara Olivana (BG)
- Principali attività Giochi teatrali, utilizzo dello spazio scenico, della voce e del corpo per creare storie divertenti in relazione con il gruppo - totale ore 30
- Date **DA GENNAIO 2017 A APRILE 2017**
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Teatro
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola Primaria Sacro Cuore Palazzolo sull'Oglio (BS)
- Principali attività Giochi teatrali, utilizzo dello spazio scenico, della voce e del corpo per creare storie divertenti in relazione con il gruppo - totale ore 22
- Date **DA OTTOBRE 2015 A FEBBRAIO 2016**
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante di Athletic Dance
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame su progetto presso Scuola dell'Infanzia Sacro Cuore Palazzolo sull'Oglio (BS)
- Principali attività Insegnamento del gesto acrobatico all'interno di un contesto teatrale e coreutico - totale ore 20
- Date **DA MARZO 2014 A GIUGNO 2014**
- Lavoro o posizioni ricoperti Esperto di motoria progetto Danza, Sport, Teatro
- Nome e indirizzo del datore di lavoro IC Mozzanica - Scuola primaria di Misano di Gera d'Adda (BG)
- Principali attività Insegnante per il Progetto KataKids : Danza-Sport-Teatro - totale ore 30
- Date **DAL 9/2014 A ATTUALMENTE**
- Lavoro o posizioni ricoperti Professionista Performer Acrobata e Attrice Teatrale con posizione ENPALS
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Compagnia Filodirame Teatro Sociale Palazzolo sull'Oglio (BS)
- Principali attività 5 produzioni in attivo firmate Compagnia Filodirame
  - Teatro Ragazzi "PreistorikSelfie"
  - "Teatro da Paura"
  - "Capodanno Spettacolare"
  - Teatro Adulti "Di lui tutto mi stregava" vincitore premio sipario 2014.
  - Teatro Danza "Bianco".

- Date **DAL 9/2017 A ATTUALMENTE**
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante e performer
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Skills ZaMagA Athletic Dancers - Cernusco sul Naviglio (MI)
- Principali attività Insegnamento del gesto acrobatico, performer acrobata e danzatrice aerea.  
Show in Teatro ed Eventi  
Prima produzione ZaMagA "Lègami": in scena per la Mille Miglia di Brescia, Conservatorio di Milano e convention private  
  
Performer, Acrobata e Danzatrice per Evento Roma 2019 con regia di Mauro Simone.
  
- Date **DAL 2014 A ATTUALMENTE**
- Lavoro o posizioni ricoperti Insegnante Katakò
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Accademia Katakò, via Tertulliano 70, Milano
- Principali attività Insegnamento del metodo Katakò Athletic Dance Theatre per stage e workshop  
Insegnamento del metodo Katakò Athletic Dance Theatre per bambini
  
- Date **DAL 12-2012 AD OGGI**
- Lavoro o posizioni ricoperti Athletic Dancer.
- Principali attività
  - 28-12-2012 Collaborazione con Band "I Bidet-cover punk rock" presso locale Babalula, Crema (Cr).
  - 29-12-2012 Collaborazione con Band "Mr.Brownstone Gun's Roses tribute" presso Bellot's pub Cappella cantone (Cr).
  - Dal 12-2012 Collaborazione con il fotografo Tiziano Ornaghi.
  - 19-1-2013 Collaborazione con Band "I Bidet-cover punk rock" presso locale SilBlu, Urago D'olio (Bs).
  - 13-1-2013 Collaborazione per evento culturale CineTaxi per collettivo artistico "Donna con frittata" con cantante e musicista Riccardo Anelli e attore Marco Pedrazzetti.
  - Dal 02-2013 Collaborazione con pittore Ugo Farina.
  - Dal 02-2013 Collaborazione con il musicista e cantante Riccardo Anelli.
  
- Date **DAL 2011 AD OGGI**
- Lavoro o posizioni ricoperti Athletic Dancer.
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Giulia Staccioli , Compagnia Katakò Athletic dance theatre/Accademia Katakò , DanceHaus Milano via Tertulliano.
- Principali attività e responsabilità Show in teatro ed eventi:
  - 18-05-2016 evento "Hasbro" Milano Fondazione Prada
  - 11-10-2015 evento "Ride to Abu Dabhi Tour" show con Katakò Athletic Dancer Theatre ad Abu Dabhi
  - 30-09-2015 "Pescatori di perle" show con la compagnia spagnola Fura dels Baus per la giornata mondiale del Kuwait, presso il padiglione Kuwait Expo 2015 - Milano
  - 8-7-2013 Evento Trento quartiere "Le Albere" progettato da Renzo Piano
  - 9-2012 e tuttora in corso , "Professional laboratory katakò" progetto scuole lombarde.
  - 26-5-2012 Teatro Giuditta Pasta Saronno.
  - 29-5-2012 Teatro Carcano Milano.

- 16-11-2012 Teatro dal Verme Milano evento per "ADMO" con Modà, Colorado, Zelig.
- 24-11-2012 Bergamo "Insieme per Yara, passione è vita".
- 24-11-2012 Milano danza Expo.
- 15-12-2012 Modena Natale degli sportivi.
- 27-11-2011 Milano danza Expo.

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

	• Date	<b>2019</b>
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione		Fraternita Misericordia di Segrate ONLUS (MI)
	• Qualifica conseguita	Diploma di operatore DAE
	• Date	<b>2017</b>
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione		Associazione Cultura del movimento (TO)
	• Qualifica conseguita	Diploma di Pilates Matwork Trainer
	• Date	<b>10/2010-06/2013</b>
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione		Accademia Katakò Giulia Staccioli, Milano.
	• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	E' la prima accademia di formazione professionale dedicata ai performer di athletic dance theatre, ovvero il danzatore atleta o attore fisico non solo interprete ma come artista performer autonomo e completo capace di fisicità e potenza arricchita di morbidezza e leggerezza, fluidità ed espressività.
	• Qualifica conseguita	Athletic dancer.
	• Livello nella classificazione nazionale	Diploma accademico.
	• Date	<b>09/2006-06/2012</b>
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione		Istituto Tecnico Industriale Statale "Galileo Galilei", Crema (CR).
	• Qualifica conseguita	Perito chimico.
	• Livello nella classificazione nazionale	Diploma superiore.

## CORSI AGGIUNTIVI

- ✓ dal 19/07/2015 al 01/08/2015  
Workshop estivo "Pilobolus Summer Camp 2015" con la compagnia Pilobolus Dance Theatre in Connecticut (USA)
- ✓ 3-4-5 Gennaio 2013  
Partecipazione per merito allo stage "kata tris-accademia kataklò" Milano, con l'obiettivo della consapevolezza del proprio corpo a terra e in sospensione utilizzando diverse tecniche aeree.

## CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI

MADRELINGUA ITALIANO

ALTRE LINGUE

INGLESE

- Capacità di lettura Buono
- Capacità di scrittura Buono
- Capacità di espressione orale Buono

## CAPACITÀ E COMPETENZE RELAZIONALI

- ✓ Le mie precedenti esperienze lavorative, così come le attività di volontariato svolte, mi hanno permesso di imparare a collaborare e a rapportarmi con le altre persone per raggiungere obiettivi comuni in armonia.
- ✓ Persona dinamica, solare e volenterosa.

## CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE

- ✓ Occasionalmente mi è capitato di dover coordinare la squadra di persone con cui lavorare, riuscendo ad organizzare il lavoro e ottenendo buoni risultati.

## CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE

- ✓ Acrobatica: capacità e controllo del corpo, della velocità di azione, della forza e delle leggi della biomeccanica e della fisica per lo studio e l'esecuzione del gesto tecnico acrobatico.
- ✓ Tecnica aerea: conoscenza tecnica di prese e impugnature su attrezzi sospesi quali tessuti, funi, cerchio codificati e non.
- ✓ Floor work: utilizzo del suolo attraverso dinamiche di fuori peso mantenendo però fisicità e potenza arricchite da morbidezza e fluidità.
- ✓ Allenamento funzionale-Personal Trainer: Metodo gym-jones, allenamento militare, studio della gestione della fatica. Ausilio dei KettBell per esercizi prevalentemente balistici e di tensionamento muscolare in grado di coinvolgere tutto il corpo. Il kettBell è il padrone di tutte le armi moderne dell'allenamento come la forza-resistente esplosiva e la resistenza. I risultati che si possono raggiungere sono: riduzione del grasso corporeo, qualità e densità muscolare, rafforzamento tendineo ed incremento della forza generale.

**PATENTE O PATENTI**

Patente B, automunita





Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel cv ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali" e del GDPR (Regolamento UE 2016/679).