Sara Amoresano viene avviata allo studio del pianoforte da Giovanna Gullo. Si è diplomata nel 2017 al Conservatorio "San Pietro a Majella" di Napoli sotto la guida di Davide Costagliola. Nel 2019, ha conseguito, presso lo stesso Conservatorio, il diploma accademico di Secondo Livello con voto 110/110 con lode e menzione speciale. Attualmente perfeziona la sua formazione con Francesco Mariani.

Ha partecipato a diverse competizioni pianistiche nazionali qualificandosi ai primi posti.

Si è esibita come solista e in duo con il violino in sedi prestigiose in Italia e all'estero, come Palazzo Zevallos-Stigliano di Napoli, l'Università "Federico II", il Centro di Musica Antica "La Pietà dei Turchini", la Sala del Toro Farnese del Museo Archeologico Nazionale di Napoli, il Palazzo di Città di Cava de' Tirreni, la Sala Eutherpe di Leòn in Spagna, il Centro Shigeru-Kawai di Madrid, la Kammermusiksaal del Beethoven-Haus di Bonn.

Ha partecipato a masterclass e workshop tenuti dai maestri Yves Henry, Christiane Karajeva, Vincenzo Balzani, Giuseppe Devastato, Ciro Longobardi, Andreas Staier.

Nel 2014 le è stato conferito il titolo di Giovane Pianista Eccellente dalla Fondazione La Sapienza di Roma. Nel 2019 è stata stagista presso il Museo e Archivio storico del Teatro San Carlo di Napoli. Nel dicembre 2021, è risultata tra i sei pianisti vincitori di una borsa di studio bandita dalla Fondazione Cini di Venezia, grazie alla quale ha frequentato le lezioni del pianista Andreas Staier. Nel 2022 è stata selezionata (unica italiana) tra i sette partecipanti alla masterclass internazionale tenuta dallo stesso Staier presso il Beethoven-Haus di Bonn.

Parallelamente, nel 2022 ha conseguito la laurea in Lettere Classiche con una tesi in Estetica presso l'Università "Federico II" di Napoli.