Katharina Held wurde in Hannover geboren. Zuerst erhielt sie im Alter von vierten Jahren ihren ersten Geigenunterricht. Mit sieben Jahren wurde sie Mitglied im Mädchenchor Hannover (MCH).  
Zahlreiche Konzerte, solistische Aufgaben bei CD- und Rundfunkaufnahmen, internationale Konzertreisen, die Förderung durch die Leiterin Gudrun Schröfel, sowie die Zusammenarbeit mit namhaften Dirigenten, wie Andris Nelsons, Andrew Manze und David Stern, prägten ihre Ausbildung.  
Sie sang den 1. Knaben in Mozarts "Die Zauberflöte" an der Staatsoper Hannover und den Hirtenknaben in Puccinis "Tosca" bei einer Produktion der NDR Radiophilharmonie.  
Ihr Studium begann sie an der Universität der Künste Berlin bei Julie Kaufmann. Dort sang sie u.a. Maddalena in "Il viaggio a Reims" (Rossini) und Lucy in "The Telephone" (Menotti).  
Die junge Sopranistin ist vielfach zu Gast beim MCH, dem NDR Hannover und den Nürnberger Symphonikern.  
Meisterkurse bei u.a. Christiane Iven, Klesie Kelly-Moog und Hilde Sveen lieferten weitere Inspiration.  
Im Sommer 2022 war sie als "Cendrillon" in der gleichnamigen Oper von Pauline Viardot im Kleinen Haus des Theater Freiburg zu erleben. Zu Beginn diesen Jahres sang sie in der Produktion "Der Wildschütz" von Albert Lortzing an der HfM Freiburg die Partie des Gretchens.  
Im Februar schloss sie ihren Master an der Hochschule für Musik Freiburg bei Mareike Morr ab. Neben der Opernbühne und Konzertauftritten begeistern die junge Sopranistin auch die Aufführung kammermusikalischer Werke, zeitgenössische Musik und das Singen in Chören und kleiner besetzten Formationen (wie z.B. dem larynx Vokalensemble Basel, dem Davos Festival Kammerchor oder dem Ensemble Vocal Origen).