Katharina Held wurde in Hannover geboren. Mit sieben wurde sie Mitglied im Mädchenchor Hannover.

Sie sang den 1. Knaben in "Die Zauberflöte" an der Staatsoper Hannover und den Hirten in "Tosca" mit dem NDR Hannover.

Ihren Bachelor machte sie an der UdK Berlin.

2022 war sie als "Cendrillon" (Pauline Viardot) im Theater Freiburg zu erleben und Anfang diesen Jahres als "Gretchen" in "Der Wildschütz" von Lortzing an der HfM Freiburg.

Kürzlich schloss sie ihren Master an der HfM Freiburg bei Mareike Morr ab. Großes Interesse hat sie an der Aufführung kammermusikalischer und zeitgenössischer Werke und am Singen in Vokalensembles.