

Cẩm nang du lịch Tỉnh Lào Cai

Điểm du lịch

1 Xã Y Tý

- **Địa chỉ:** xã Y Tý, huyện Bát Xát, tỉnh Lào Cai
- **Giờ mở cửa:** Không cố định, mở cửa tự do.
- **Giá vé/ chi phí:** Miễn phí tham quan.
- **Phân loại điểm du lịch:** Du lịch thiên nhiên, Khám phá.
- **Nguồn thông tin:**
<https://www.traveloka.com/vi-vn/explore/destination/dia-diem-du-lich-lao-cai/121635>
- **Thông tin về địa điểm:**

Y Tý nằm ở độ cao 2000m, nổi bật với cảnh sắc hoang sơ. Đến đây, du khách có thể tham gia các hoạt động camping, trekking và săn mây, đặc biệt vào mùa lúa chín hoặc mùa săn mây từ tháng 9 đến tháng 4. Các điểm tham quan nổi bật như Dền Sáng với ruộng bậc thang, hoặc những nơi như dốc A Lù, Ngải Thầu và đỉnh Lảo Thẩn để săn mây.

- **Các thông tin khác - Cách di chuyển**

Du khách có thể di chuyển bằng xe máy hoặc ô tô đến Y Tý từ trung tâm thành phố Lào Cai.

2 Thành phố SaPa

- **Địa chỉ:** SaPa, tỉnh Lào Cai.
- **Giờ mở cửa:** Không cố định, mở cửa tự do.
- **Giá vé/ chi phí:** Miễn phí tham quan.
- **Phân loại điểm du lịch:** Du lịch văn hóa, Kiến trúc.
- **Nguồn thông tin:**
<https://www.traveloka.com/vi-vn/explore/destination/dia-diem-du-lich-lao-cai/121635>
- **Thông tin về địa điểm:**

SaPa nổi bật với khí hậu ôn đới và cảnh sắc thơ mộng. Những điểm du lịch nổi tiếng tại SaPa bao gồm Nhà thờ đá, Sun Plaza, Bản Cát Cát và Dinh thự Hoàng A Tưởng. SaPa còn nổi bật với các bản làng cổ và những ruộng bậc thang bạt ngàn.

- **Các thông tin khác - Cách di chuyển**

Du khách có thể di chuyển bằng xe khách, ô tô hoặc xe máy từ thành phố Lào Cai đến SaPa.

3 Bạch Mộc Lương Tử - Kỳ Quan San

- **Địa chỉ:** Trung Lèng Hồ, Bát Xát, Lào Cai
- **Giờ mở cửa:** Không cố định, mở cửa tự do.
- **Giá vé/ chi phí:** Miễn phí tham quan.
- **Phân loại điểm du lịch:** Du lịch trekking, Thiên nhiên.
- **Nguồn thông tin:**
<https://www.traveloka.com/vi-vn/explore/destination/dia-diem-du-lich-lao-cai/121635>

- **Thông tin về địa điểm:**

Đỉnh Bạch Mộc Lương Tử có độ cao hơn 3000m, là một thử thách thú vị dành cho những ai đam mê trekking. Để lên đỉnh, du khách sẽ phải chinh phục cung đường đầy thử thách qua các cánh rừng và đá. Thời gian lý tưởng để trekking là từ tháng 1 - tháng 3 hoặc tháng 9 - tháng 11.

- **Các thông tin khác - Cách di chuyển**

Chuyến đi thường bắt đầu từ Bát Xát, Lào Cai. Du khách nên thuê người dẫn đường hoặc tham gia tour để đảm bảo an toàn.

4 Đèo Ô Quy Hồ

- **Địa chỉ:** SaPa, Lào Cai
- **Giờ mở cửa:** Không cố định, mở cửa tự do.
- **Giá vé/ chi phí:** Miễn phí tham quan.
- **Phân loại điểm du lịch:** Du lịch thiên nhiên, Khám phá.
- **Nguồn thông tin:**

<https://www.traveloka.com/vi-vn/explore/destination/dia-diem-du-lich-lao-cai/121635>

- **Thông tin về địa điểm:**

Đèo Ô Quy Hồ nằm trong bộ tứ đỉnh đèo nổi tiếng của Việt Nam. Đỉnh đèo có thể mang đến cho du khách cảm giác “choáng ngợp” với cảnh sắc mây trời lãng mạn và mùa hoa rừng tuyệt đẹp. Các loài hoa như hoa đào, hoa hồng leo và hoa đỗ quyên khiến Ô Quy Hồ trở thành một điểm du lịch hấp dẫn.

- **Các thông tin khác - Cách di chuyển**

Du khách có thể di chuyển từ SaPa qua Y Tý để chinh phục đèo Ô Quy Hồ.

5 Xã Hầu Thào

- **Địa chỉ:** xã Hầu Thào, SaPa, Lào Cai
- **Giờ mở cửa:** Không cố định, mở cửa tự do.
- **Giá vé/ chi phí:** Miễn phí tham quan.
- **Phân loại điểm du lịch:** Du lịch thiên nhiên, Văn hóa bản địa.
- **Nguồn thông tin:**

<https://www.traveloka.com/vi-vn/explore/destination/dia-diem-du-lich-lao-cai/121635>

- **Thông tin về địa điểm:**

Xã Hầu Thào là một địa điểm du lịch mới nổi tại Lào Cai, ngoài Mường Hoa, nơi đây còn nhiều điểm check-in tuyệt vời. Du khách có thể ghé thăm thôn Hầu Chữ Ngải để khám phá đời sống của người Mông bản địa, tham quan Cầu Mây và những thác nước hoang sơ. Đặc biệt, nơi đây còn có cánh rừng sa mu cổ nhất Việt Nam, tạo nên khung cảnh huyền bí, lý tưởng cho những ai yêu thích chụp ảnh.

- **Các thông tin khác - Cách di chuyển**

Du khách có thể di chuyển từ trung tâm SaPa đến Hầu Thào bằng xe máy hoặc ô tô.

6 Sun World Fansipan Legend

- **Địa chỉ:** SaPa, Lào Cai.
- **Giờ mở cửa:** 7:30 - 17:30 hàng ngày.
- **Giá vé/ chi phí:** Có phí tham quan, giá vé tùy dịch vụ.
- **Phân loại điểm du lịch:** Khu vui chơi, Cáp treo, Du lịch tâm linh.
- **Nguồn thông tin:**
<https://www.traveloka.com/vi-vn/explore/destination/dia-diem-du-lich-lao-cai/121635>
- **Thông tin về địa điểm:**

Sun World Fansipan Legend là tổ hợp giải trí - nghỉ dưỡng đẳng cấp tại SaPa. Du khách có thể trải nghiệm tàu Mường Hoa xuyên qua thung lũng hoa hồng, check-in tại cột cờ Tổ quốc, tham quan các công trình tâm linh như Đại Tượng Phật A Di Đà, Bích Vân Thiền Tự. Đặc biệt, đây là nơi sở hữu tuyến cáp treo ba dây lên đỉnh Fansipan, giúp du khách chinh phục “nóc nhà Đông Dương” một cách dễ dàng.

- **Các thông tin khác - Cách di chuyển**

Có thể đi bộ hoặc xe điện từ trung tâm SaPa đến Sun World Fansipan Legend.

7 Trải nghiệm bắn súng thể thao tại Laocai Sniper

- **Địa chỉ:** số 433, Đường Ngô Quyền, Tổ 34, phường Kim Tân, thành phố Lào Cai.
- **Giá vé/ chi phí:** từ 90.000 VND.
- **Phân loại điểm du lịch:** Trò chơi thể thao, Giải trí.
- **Nguồn thông tin:**
<https://www.traveloka.com/vi-vn/explore/destination/dia-diem-du-lich-lao-cai/121635>
- **Thông tin về địa điểm:**

Laocai Sniper là câu lạc bộ bắn súng thể thao hàng đầu tại Lào Cai, mang đến trải nghiệm độc đáo cho những ai yêu thích bộ môn này. Nơi đây có cơ sở vật chất hiện đại và đội ngũ huấn luyện viên chuyên nghiệp, giúp du khách có thể rèn luyện kỹ năng bắn súng trong môi trường an toàn.

- **Các thông tin khác - Cách di chuyển**

Du khách có thể đến Laocai Sniper bằng taxi hoặc phương tiện cá nhân từ trung tâm thành phố Lào Cai.

8 Thung lũng hoa Thải Giàng Phố

- **Địa chỉ:** Sân Bay, Thải Giàng Phố, Bắc Hà, tỉnh Lào Cai.
- **Giờ mở cửa:** Không cố định.
- **Giá vé/ chi phí:** Có phí tham quan, giá vé tùy thời điểm.
- **Phân loại điểm du lịch:** Du lịch sinh thái, Chụp ảnh, Ẩm thực.
- **Nguồn thông tin:**
<https://smiletravel.com.vn/10-dia-diem-du-lich-lao-cai-noi-tieng-hien-nay/>
- **Thông tin về địa điểm:**

Thung lũng hoa Thải Giàng Phố là điểm du lịch sinh thái nằm cách trung tâm Bắc Hà khoảng 1,5km. Đây là nơi lý tưởng cho những người yêu nhiếp ảnh với khung cảnh rực rỡ của vườn hoa. Ngoài ra, du khách còn có cơ hội thưởng thức nhiều món ăn truyền thống đặc sắc như mèn mén, phở chua, lợn quay, thắng cố, xôi bảy màu,... mang đậm hương vị của đồng bào địa phương.

- **Các thông tin khác - Cách di chuyển**

Có thể di chuyển bằng xe máy hoặc ô tô từ trung tâm Bắc Hà đến Thải Giàng Phố.

9 Thác Bay

- **Địa chỉ:** Liêm Phú, Văn Bàn, tỉnh Lào Cai.
- **Giờ mở cửa:** Không cố định.
- **Giá vé/ chi phí:** Miễn phí tham quan.
- **Phân loại điểm du lịch:** Du lịch thiên nhiên, Sinh thái.
- **Nguồn thông tin:**
<https://smiletravel.com.vn/10-dia-diem-du-lich-lao-cai-noi-tieng-hien-nay/>
- **Thông tin về địa điểm:**

Thác Bay nằm cách trung tâm huyện Văn Bàn khoảng 20km, nổi bật với dòng nước đổ từ trên cao tạo nên cảnh quan thơ mộng. Khu vực xung quanh thuộc rừng nguyên sinh Liêm Phú, một phần của Khu Bảo tồn thiên nhiên Hoàng Liên - Văn Bàn, nơi sinh sống của nhiều loài thực vật quý hiếm như pơ mu, thông nàng, sến mật, giổi găng,...

- **Các thông tin khác - Cách di chuyển**

Du khách có thể đi xe máy hoặc ô tô từ huyện Văn Bàn đến Liêm Phú để tham quan thác Bay.

10 Chợ phiên Bắc Hà

- **Địa chỉ:** Bắc Hà, tỉnh Lào Cai.
- **Giờ mở cửa:** Chủ Nhật hàng tuần, từ sáng đến chiều.
- **Giá vé/ chi phí:** Miễn phí tham quan.
- **Phân loại điểm du lịch:** Chợ phiên, Văn hóa dân tộc, Ẩm thực.
- **Nguồn thông tin:**
<https://smiletravel.com.vn/10-dia-diem-du-lich-lao-cai-noi-tieng-hien-nay/>
- **Thông tin về địa điểm:**

Chợ phiên Bắc Hà là phiên chợ truyền thống nổi tiếng, diễn ra mỗi Chủ Nhật trên một quả đồi thoải. Đây là nơi buôn bán các mặt hàng thủ công mỹ nghệ, trang phục thổ cẩm đầy màu sắc, cùng với đặc sản địa phương. Du khách còn có cơ hội giao lưu với các dân tộc Tày, Nùng, Mông và nhiều dân tộc khác sinh sống tại khu vực này.

- **Các thông tin khác - Cách di chuyển**

Có thể đến chợ phiên Bắc Hà bằng xe khách hoặc phương tiện cá nhân từ thành phố Lào Cai.

Ẩm thực

1 Thắng cố Bắc Hà - Món đặc sản Lào Cai nổi tiếng của người H'Mông

Nếu nhắc đến ẩm thực vùng cao Tây Bắc, chắc hẳn đã một lần bạn nghe qua cái tên thắng cố. Đây là món đặc sản Lào Cai, đồng thời phổ biến rộng khắp các tỉnh thuộc khu vực Tây Bắc, và rất được khách du lịch ưa chuộng mỗi khi đến vùng đất này. Thắng cố Bắc Hà là món ăn được nấu từ thịt và nội tạng ngựa, và kết hợp nhiều loại gia vị địa phương để làm nên hương vị độc nhất vô nhị. Ngày nay, để cho thực khách có thêm nhiều lựa chọn, thì người dân Lào Cai còn linh hoạt nấu thắng cố từ thịt dê, bò để tạo thêm sự phong phú.

- **Giá bán tham khảo:** 200,000 VND/suất
- **Địa chỉ tham khảo:** Thắng cố A Quỳnh Sapa: 15 đường Thạch Sơn, Sapa, Lào Cai; Thắng cố A Phủ Sapa: số 05 Fansipan, Sapa, Lào Cai; Nhà hàng Cầu Mây: số 92 Ngõ Chỉ Sơn, Sapa, Lào Cai; Thắng cố Ngọc Cừ: đường Lương Khánh Thiện, Duyên Hải, Lào Cai; Thắng cố quán Hoa Đồng Tiền: số 29 Cầu Mây, Sapa, Lào Cai
- **Nguồn thông tin:**
<https://www.traveloka.com/vi-vn/explore/destination/dia-diem-du-lich-lao-cai/121635>

2 Thịt lợn cắp nách

Đây là một giống lợn địa phương, ăn rau và thức ăn thừa nên có phần thịt săn chắc, thơm ngon. Người dân Lào Cai thường dùng thịt lợn để chế biến thành nhiều món ăn hấp dẫn, như thịt lợn nướng, thịt quay.

- **Giá bán tham khảo:** 70,000 - 150,000 VND/món
- **Địa chỉ tham khảo:** Nhà hàng Thác Bạc: Km12, Khu du lịch Thác Bạc, Sapa, Lào Cai; Nhà hàng Gerbera: số 31 Cầu Mây, Sapa, Lào Cai; Nhà hàng Lotus: số 34 Cầu Mây, Sapa, Lào Cai; Nhà hàng Phương Ngoan: 13C Nguyễn Huệ, Sapa, Lào Cai
- **Nguồn thông tin:**
<https://www.traveloka.com/vi-vn/explore/destination/dia-diem-du-lich-lao-cai/121635>

3 Cá hồi Sapa

Nổi danh là một trong những nơi chuyên nuôi cá hồi với quy mô lớn nhất cả nước, thịt cá tại Sapa có độ tươi, ngon cùng những thớ thịt màu cam bắt mắt, giàu dinh dưỡng. Với món đặc sản Lào Cai này, bạn có thể thưởng thức theo nhiều cách chế biến, như sashimi ăn sống, nấu lẩu, nướng hoặc nấu canh chua. Người dân địa phương còn dùng cá hồi để làm ruốc rất ngon, phù hợp để bạn mua về tặng cho bạn bè hoặc người thân.

- **Giá bán tham khảo:** 150,000 - 600,000 VND
- **Địa chỉ tham khảo:** Nhà hàng Xuân Viên Sapa: 39 Xuân Viên, Sapa, Lào Cai; Nhà hàng Song Nhi: tổ 2, phường Ô Quy Hồ, Sapa, Lào Cai; Nhà hàng Thác Bạc: Km12, Khu du lịch Thác Bạc, Sapa, Lào Cai
- **Nguồn thông tin:**
<https://www.traveloka.com/vi-vn/explore/destination/dia-diem-du-lich-lao-cai/121635>

4 Thịt trâu gác bếp

Đây là món đặc sản Lào Cai in đậm dấu ấn của ẩm thực vùng cao Tây Bắc. Thịt trâu gác bếp là món ăn gắn liền với người Thái Đen, có hương vị ngọt, dai và chắc, thịt nạc ăn không ngấy. Người Thái Đen sẽ ướp thịt trâu với gia vị, sau đó mang đi gác lên bếp để tận dụng khói bếp làm chín thịt. Khi chín, thịt trâu gác bếp Sapa sẽ có màu nâu đỏ, thơm lừng mùi khói rất hấp dẫn.

- **Giá bán tham khảo:** 750,000 - 850,000 VND/kg
- **Địa chỉ tham khảo:** Viet's Farm: 26 Đồng Lợi, Sapa, Lào Cai; Siêu thị Xuân Trường: 46 Ngũ Chỉ Sơn, Sapa, Lào Cai
- **Nguồn thông tin:**
<https://www.traveloka.com/vi-vn/explore/destination/dia-diem-du-lich-lao-cai/121635>

5 Cá suối

Các món cá suối đặc sản Lào Cai nổi danh với phần thịt săn chắc, thơm ngon và giàu dinh dưỡng, duy chỉ xuất hiện vào mùa mưa mà thôi. Cá suối được chế biến thành nhiều món ăn, nhưng ngon nhất phải kể đến món cá nướng thơm lừng.

- **Giá bán tham khảo:** 100,000 - 275,000 VND/món
- **Địa chỉ tham khảo:** Nhà hàng Vua cá hồi Sapa: 15A Lê Văn Tám, Sapa, Lào Cai; Nhà hàng Chapa: 40 Cầu Mây, Sapa, Lào Cai; Nhà hàng Sapa Lotus: 34 Cầu Mây, Sapa, Lào Cai
- **Nguồn thông tin:**
<https://www.traveloka.com/vi-vn/explore/destination/dia-diem-du-lich-lao-cai/121635>